Cuisinez comme un Chef

N°15
ÉTÉ 2009

www.cuisinezcommeunchef.fr

L'ÉTÉ MINCEUR DE JOËL ROBUCHON

METTEZ LE SOLEIL DANS VOTRE ASSIETTE

ARTICHAUTS POIVRADES AUX PIGNONS ET LARD PAYSAN

INVITÉ
ALAIN DUCASSE

SES RECETTES
100% TOMATES

SA NOUVELLE ÉCOLE DE CUISINE POUR TOUS

SA BASTIDE EN PROVENCE

ROSÉ
MINI PRIX
MAXI PLAISIR

ABRICOTS, MELONS
SANS MODÉRATION

BARBECUES, GLACES...
COMMENT BIEN S'ÉQUIPER

Nos recettes de chefs étape par étape...

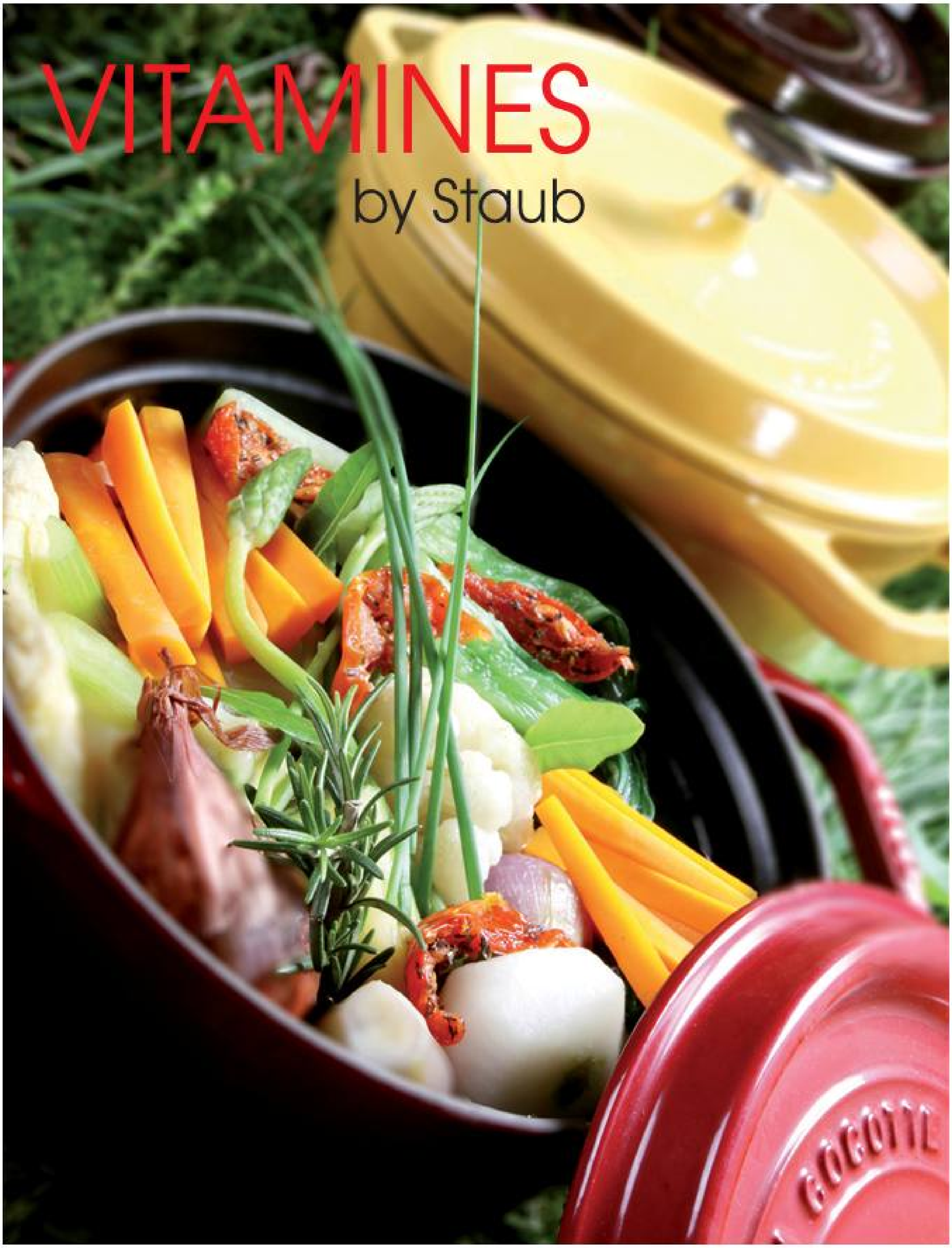
STÉPHANE RAIMBAULT
ŒUF MI-COQUE, MI-BROUILLE AU SAUMON

JEAN-LOUIS NOMICOS
VELOUTE DE FEVETTES AU FROMAGE DE CHEVRE FRAIS

CHRISTIAN PEYRE
FILETS DE ROUGETS POELES PIQUILLOS ET CEBETTES, MELON A L'ANIS

CANADA/S 4,6 CAD - ETATS-UNIS 5,5 USD - GUAD./ST MARTIN/S 2,7 € - GUYANE/S 2,7 € - LUX. 2,8 € MART./S 2,7 € - NLLE CALED. 400 CFP € POLYN. FRANÇAISE/S 450 CFP RÉUNION/S 2,7 € - CAMEROUN/S 1900 CFA - COTE D'IVOIRE/S 1900 CFA - GABON/S 1900 CFA - SENEGAL/S 1900 CFA - SUISSE 4,5 CHF

staub®
en France



en fonte émaillée / *enamelled cast iron*

MADE IN FRANCE

www.staub.fr
Staub - France

SOMMAIRE

page 86

page 16

À LA CARTE

Le melon, un concentré de soleil ! 16
L'abricot, le fruit à l'accent méridional ..72

CUISINE D'AILLEURS

Samaya
le Liban à Paris..................................20

VINS

Rosé :
la nouvelle exception française ? 84

TOURS DE MAIN

Les sablés « bio » aux fraises
par Marina Gobet 52

LA FOURCHETTE ET LA PLUME

Nouveautés 90

PLANETE GOURMANDE

La Bastide de Moustiers
à Moustiers Sainte-Marie 94

PORTRAIT D'ARTISAN

Joël Thiébaut,
un maraîcher artisan du goût 36

PROPOS GOURMANDS

Michel Guérard, Monsieur Légèreté 66

SHOPPINGS

C'est tout beau : look nature................18
C'est tout bon : nouveautés 86
S'équiper top : glaces et barbecue,
comment bien s'équiper ? 50
C'est tout bon : délices glacés 70

CONCOURS

Gagnez des cocottes STAUB 53

page 50

page 70

page 20

page 90

Salade de haricots verts

Filets de rouget sauce soja

Tagine de moules à la chermoula

Sorbets allégés

page 08

LES RECETTES DE JOËL ROBUCHON

STEPHANE RAIMBAULT

"L'Oasis"

Œuf mi-coque, mi-brouille au saumon

Risotto de petits gris et courgettes

Rougets de roche aux legumes grilles

"Stéphane, François et le petit dernier Antoine cuisinent main dans la main. Ils ont hissé leur « Oasis » au rang des meilleures tables de la côte d'azur et de l'hexagone.

page 22

Suprêmes de pintade rôties au citron

Œufs a la neige aux petales de fleurs

JEAN-LOUIS NOMICOS

"Lasserre"

Veloute de fevettes au fromage de chevre frais

Artichauts poivrades aux pignons et lard paysan

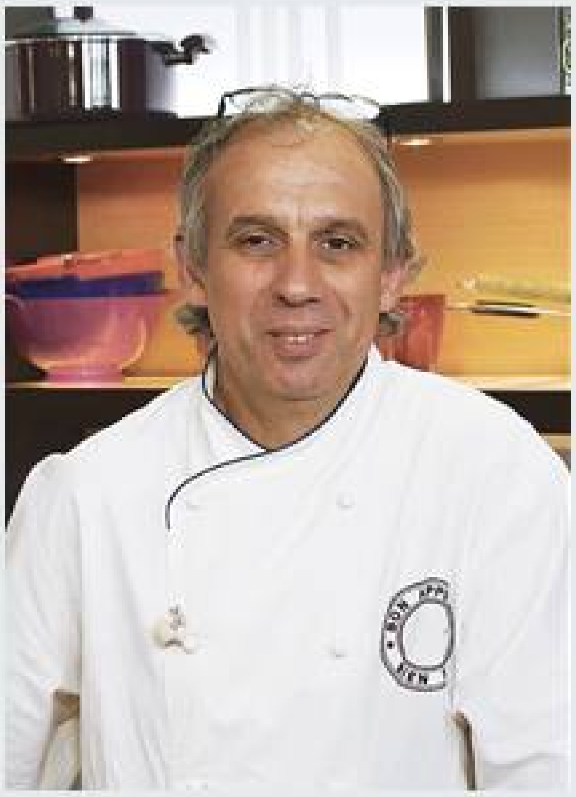
Encornets et oreillettes au beurre de gingembre

"Aux commandes des cuisines du restaurant Lasserre depuis 8 ans, Jean-Louis Nomicos n'a eu de cesse de faire briller cette table crée au milieu du siècle dernier.

page **38**

Ris d'agneau au thym citron a l'huile d'argan

Gateau au chocolat sans farine



CHRISTIAN PEYRE

"La maison de Bournissac"

Sardines fraiches marinees compotee d'oignon et poivron

Gratin d'aubergine aux herbes

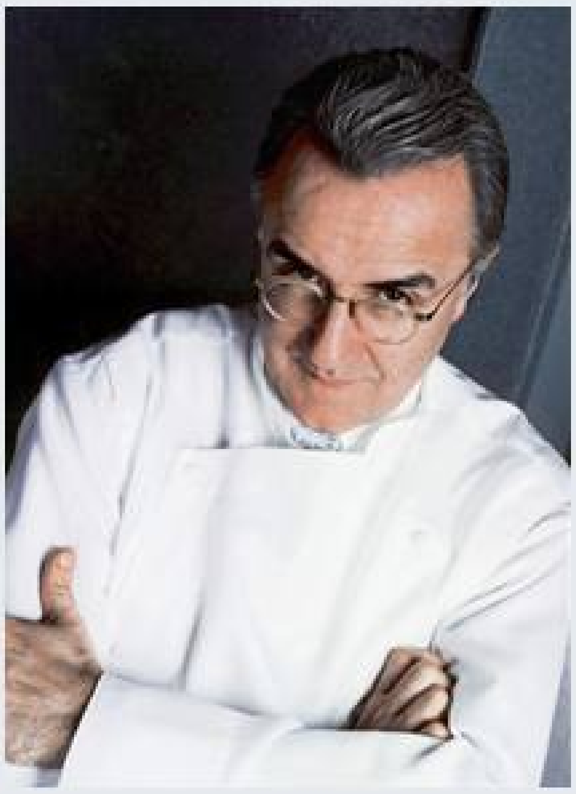
Filets de rougets poeles piquillos et cebettes, melon a l'anis

"Imaginez la carte postale: lavandes, vignes et oliviers en toile de fond à un vieux mas datant du XIVème siècle.

page **54**

Cuisses de lapereau au romarin, roulade de courgette à la tapenade

Pastilla de chocolat aux fruits secs, caramel au beurre sale



ALAIN DUCASSE

"Plaza Athénée"

Les tomates confites

Le coulis de tomate ou « passato »

"Cuisinier d'abord mais aussi aubergiste, entrepreneur, consultant, créateur et chef d'équipe, c'est ainsi qu'Alain Ducasse aime se définir, comme un chef contemporain, globe-trotter."

page **74**

Panzanella

Tomates farcies

L'été est là qui nous donne le goût des produits sains et de saison, le goût du vrai. Voilà le moment rêvé pour essayer et adopter le bio, modifier nos comportements, vivre en phase avec la nature. Difficile d'imaginer que dans un pays comme le nôtre, gourmand et gourmet, nous soyons à la traîne lorsqu'il s'agit de production bio. Et pourtant ! Premier producteur agricole de l'Union Européenne, nous ne sommes que le cinquième producteur de produits biologiques d'Europe et de plus le deuxième consommateur de pesticides du monde ! Avec 13% de surfaces cultivées consacrées au bio, l'Autriche nous bat à plate couture, suivie de près par l'Italie puis la Lettonie et l'Estonie (9%) et juste derrière la Grèce (8%). Avec nos petits 2%, inutile de dire que nous faisons plutôt pâle figure.

Les raisons sont nombreuses pour expliquer ce retard – le lobby de l'industrie chimique ou encore la difficile adaptation des terres – mais puisque les Français plébiscitent chaque année un peu plus le bio (selon un récent sondage CSA, plus de 75 % des personnes interrogées déclarent même que « l'agriculture bio est une solution d'avenir »), ne serait-il pas temps de s'y mettre ?

Dans le même temps, l'alimentation bio, qui a longtemps souffert d'une image et d'une présentation caricaturales et pas franchement attractives (fruits et légumes terreux et biscornus, emballages peu avenants) devient ludique, colorée, délicieuse, imaginative, parfois même sexy.

Certes, on n'est pas obligés de devenir militant, tendance intégriste. Nos grands chefs, par exemple, n'utilisent pas forcément le bio à toutes les sauces. Souvent, leurs petits producteurs, des artisans qui font la richesse de notre terroir, ne peuvent produire en mode biologique, mais ils savent respecter la terre, ses cycles, ses humeurs, dosant avec délicatesse et parcimonie l'utilisation de pesticides par l'agriculture raisonnée.

En fait, il s'agit d'abord d'apprendre à panacher notre alimentation, à l'enrichir en goût, en vitamines et en nutriments, d'apprendre à consommer juste, de respecter les chaînes de production, d'acheter de saison. En anglais, biologique se dit « organic », un joli mot qui renvoie à l'essence de tout cela : le produit,le naturel. Le produit qui nourrit et qui nous permet de vivre bien. Notre avenir est dans nos assiettes. Consommateurs, nous sommes aussi consom'acteurs.

Alors très bel été à tous, bonnes vacances et bonne dégustation sous le signe du bon du beau et du bio.

GUY JOB...
Directeur de la Rédaction

Bernard Magrez
PROPRIETAIRE DU CHATEAU PAPE CLEMENT
Compositeur de vins rares
GRAND BORDEAUX
CHATEAU
LA TOUR CARNET
GRAND CRU CLASSÉ EN 1855
HAUT-MÉDOC 2005
Bernard Magrez
CHATEAU
LA TOUR CARNET
Grand Cru Classé en 1855
Haut-Médoc
94/100 Bernard Burtschy - Rédacteur Vin Figaro
www.bernard-magrez.com
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTE. A CONSOMMER AVEC MODERATION

SALADE DE HARICOTS VERTS

À vos paniers

- 500 grammes de haricots verts
- 2 petits oignons blancs
- 1 gousse d'ail hachée finement
- 1 cuillère à soupe de persil plat concassé
- Sel et poivre
- 2 cuillères à soupe de jus de citron
- 3 cuillères à soupe d'huile de paraffine

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 1 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 À 8 MINUTES

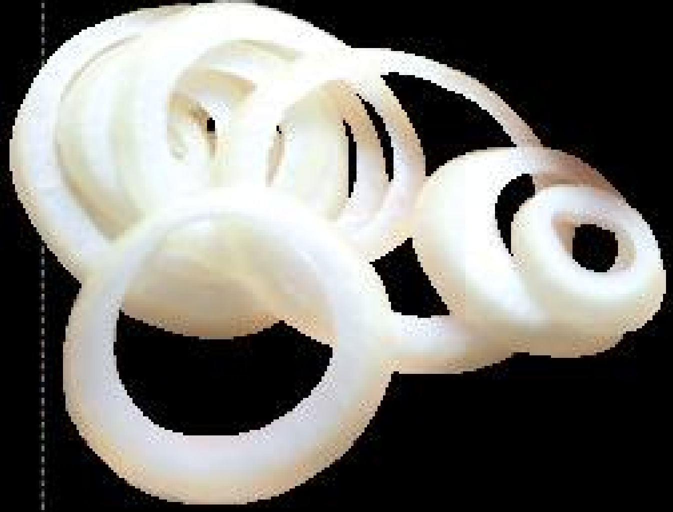
1. Laver les haricots verts et les égoutter. Eliminer les extrémités, puis les fils s'il y a lieu.

2. Faire bouillir 1,5 litre d'eau avec 2 cuillères à café de gros sel. Plonger les haricots verts dans l'eau bouillante. Les cuire à feu vif et à découvert à grosse ébullition pendant 5 à 8 minutes selon la grosseur.

3. Les verser dans une passoire puis dans un grand récipient empli d'eau glacée. Dès qu'ils sont bien froids, les égoutter.

4. Emincer les oignons dans le sens de la longueur. Dans un saladier, mettre le jus de citron, l'huile de paraffine, du sel fin et du poivre. Bien mélanger à l'aide d'un petit fouet.

5. Ajouter les oignons, l'ail, le persil puis les haricots et mélanger l'ensemble délicatement. Servir aussitôt.



A déguster avec

▪ Un rosé fringuant avec une jolie trame fruitée.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

PLAT

FILETS DE ROUGET SAUCE SOJA

À vos paniers

- 8 filets de rouget écaillés
- 4 petits radis roses débarrassés de leurs feuilles et lavés
- 4 feuilles de basilic
- 12 tiges de ciboulette
- 4 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 jus de citron jaune
- 1 cuillère à soupe d'huile de paraffine
- Sel et poivre

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 4 € ENVIRON PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 2 MINUTES

1 Emincer finement les radis. Poser un filet de rouget peau en dessous, saler et poivrer. Déposer 3 rondelles de radis et une feuille de basilic, déposer dessus un deuxième filet de rouget, peau au dessus.

2 Blanchir les tiges de ciboulette 10 secondes à la vapeur (dans un petit couscoussier). Nouer les filets de rouget avec 3 tiges de ciboulette aux extrémités et au milieu.

3 Préchauffer une poêle antiadhésive. Quand elle est chaude, saisir 30 secondes les filets. Dès que les bords commencent à blanchir, les retourner et finir la cuisson en comptant également 30 secondes.

4 Les retirer délicatement et les poser sur un papier absorbant. Déglacer la poêle avec un jus de citron et ajouter aussitôt 4 cuillères à soupe de sauce soja.

5 Laisser réduire de moitié et hors du feu, ajouter une cuillère à soupe d'huile de paraffine. Bien émulsionner. Dresser les rougets sur un plat et faire un trait à côté.

À déguster avec

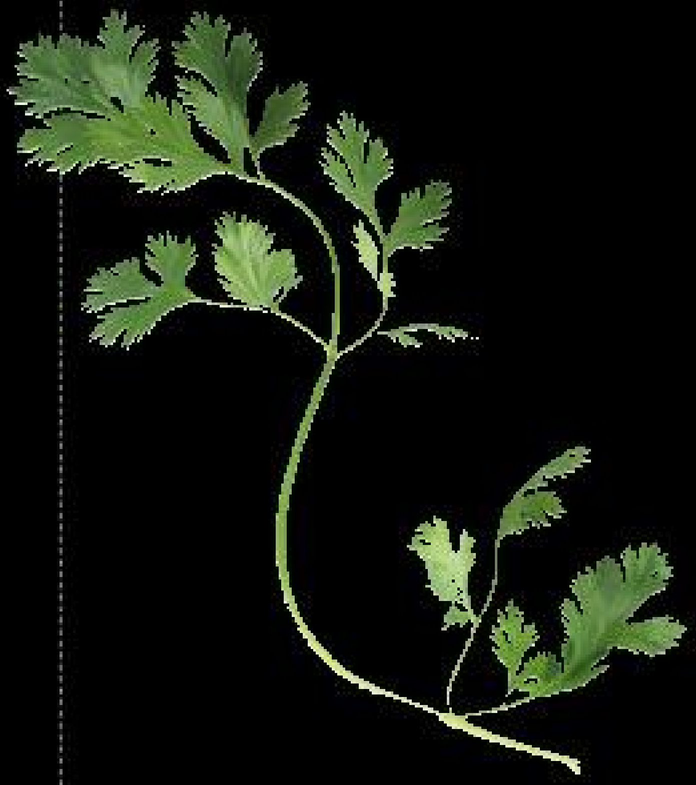
▪ Un blanc vif avec une belle minéralité, un sauvignon ou un entre-deux-mers blanc.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

TAGINE DE MOULES À LA CHERMOULA

À vos paniers

- 500 gr de moules surgelées (Picard)
- 1 cuillère à soupe de persil finement haché
- 1 cuillère à soupe de coriandre finement hachée
- 1 cuillère à café rase de cumin en poudre
- 1 cuillère à café pleine de paprika
- 2 gousses d'ail hachées finement
- 2 gouttes de vinaigre d'alcool
- 1 cuillère à café rase de concentré de tomate
- 1 pack de coulis de tomates



▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 2 € ENVIRON PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 MINUTES

1. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la chermoula ensemble.

2. Dans une sauteuse antiadhésive, déposer deux cuillères à soupe de chermoula et diluer avec un peu d'eau.

3. Mettre sur le feu et ajouter les moules, bien mélanger pendant 30 secondes, puis couvrir de coulis de tomates et laisser cuire à couvert à feu doux pendant 5 minutes.

4. Au moment de servir, poivrer généreusement.

A déguster avec

■ Un rosé de Provence, fruité, équilibré. Par exemple un Château de Bellet rosé.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

SORBETS ALLÉGÉS

- **POUR 4 PERSONNES**
- **1 € ENVIRON PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : <30 MINUTES
- RÉFRIGÉRATION : 45 MINUTES

1 Dans les deux cas procéder de même. Laver et équeuter les fruits puis les mixer avec l'édulcorant et le jus de citron.

2 Passer la pulpe au chinois. Verser dans la turbine ou la sorbetière. Respecter le temps indiqué sur le mode d'emploi.

3 Si vous ne possédez pas de machine à glace, congeler les fruits et les mixer au moment de servir avec l'édulcorant et le jus de citron.

À vos paniers

Sorbet fraise :

- 500 grammes de fraises
- 10 grammes d'édulcorant Splenda
- 1 demi jus de citron

Sorbet pêche :

- 500 grammes de pêches
- 10 grammes d'édulcorant Splenda
- 1 demi jus de citron

LEROUX®

Laissez la nature vous faire du bien

L'aide culinaire

Nouvelle génération

Avec la chicorée Leroux Liquide, tout est permis !

Mélanges salé/sucré, grands classiques revisités,
petits plats express, cuisine traditionnelle ou tendance...
D'un simple geste, La Chicorée liquide apporte à vos plats
une note originale et gustative.

Disponible au rayon boissons chaudes de vos magasins et sur www.leroux.fr

Le melon

un concentré de soleil !

Les beaux jours signent le retour du melon, ce fruit rond, lourd, à la chair délicatement orangée, parfumée, sucrée et savoureuse qu'on dévore sans compter tout au long de l'été.

L'origine de cette cucurbitacée est plutôt mystérieuse, est-il venu de Chine, d'Inde ou d'Afrique ? On sait qu'il y en avait en Chine mille ans avant Jésus Christ, on sait aussi que les Egyptiens les cultivaient 500 ans avant notre ère, on sait également que les Romains et les Grecs en raffolaient. Une chose est certaine, ils étaient alors petits et peu sucrés et on les dégustait avec du sel et du poivre.
Ce fruit n'a cessé d'évoluer au cours des siècles et ce n'est qu'au XVème siècle qu'il est devenu le gros fruit que nous connaissons maintenant. C'est à cette époque qu'il est arrivé sur les tables françaises et grâce au roi Charles VIII qui l'a découvert lorsqu'il est parti à la conquête du royaume de Naples. Ce sont des moines qui l'avaient rapporté d'Arménie et qui le cultivaient à Cantaluppo, (d'où le nom de la variété Cantaloup). Ce sont d'ailleurs ces mêmes moines qui en ont développée la culture près d'Avignon, à l'époque, une autre possession de la papauté.

Une grande famille.

Il y a plusieurs variétés de melons :

- Le charentais lisse ou cantaloup est un melon moyen avec des tranches bien marquées. Sa peau est lisse vert pâle ou jaune lorsqu'il est bien mûr avec des sillons vert foncé. Sa chair est juteuse, sucrée et fondante.
- Le charentais brodé est lui aussi bien rond mais sa peau est épaisse comme brodée. Sa chair orangée est plutôt ferme et très sucrée.
- Le galia est un melon rond mais un peu allongé, sa peau est très légèrement brodée qui devient orangée à maturité. En revanche sa chair est vert clair, très parfumée et sucrée.
- On peut nommer encore le jaune canari et le vert olive, des melons en forme de ballon de rugby, ils sont produits partout dans le monde.
- Enfin la pastèque, qu'on appelle aussi melon d'eau, fait partie de la grande famille des cucurbitacées.

En France les melons sont cueillis de juin à septembre. Les charentais et les galias sont présents sur les étals pendant les beaux jours. Ils laissent leur place aux melons verts et jaunes pendant les mois d'hiver. Mais depuis quelques années des melons charentais arrivent de nos départements lointains. Les melons de la Guadeloupe et de la Martinique apportent le soleil sur nos tables pendant la saison froide.

Le choisir

Un bon melon doit être lourd dans la main, sa peau doit être épaisse et sans tache. Son arôme doit être bien développé. Il est mûr lorsque son pédoncule se détache facilement.

Le conserver

Malgré les apparences, le melon est très fragile car son écorce le protège peu et il se gâte rapidement. Le laisser mûrir à température ambiante et ne surtout pas l'entreposer avec d'autres fruits et légumes car il produit du gaz éthylène en abondance, ce qui accélère le mûrissement et confère souvent un mauvais goût. S'il est à point, le conserver au réfrigérateur en l'enfermant dans une boîte hermétique pour éviter que son parfum n'envahisse tout le frigo. Il se consomme ensuite à température pour profiter pleinement de sa saveur.

Anne Hudson

Par Jeanne Berny

BUCOLIQUE

Nappe fixée par des fleurs, serviettes entourées de papillons et la table prend des airs très bucoliques.
NATURE ET DECOUVERTES 4 dahlias fixe-nappe 9,95 € et rond de serviette papillon 1,50 €.

REVOLUTIONNAIRE

Sets ou serviettes prédécoupés en rouleaux, conçus pour un usage unique mais ... lavables et réutilisables.
MYDRAP en coton. 21x 21 cm 12,95€ le rouleau et en lin 16,95€ serviettes, 29€

CHICS ET JETABLES

En plastique, oui mais très chics, les couverts façon argenterie à assortir aux couleurs du décor de votre table d'un soir.
HOME AUTOUR DU MONDE
Pandora design 17€ le set de 4 couverts

ILLUMINEZ VOS BALCONS

Ces cache-pots lumineux électriques NOA égaieront vos balcons ou vos jardins!
ALINEA 4,50€

JOLIES MECHES

Des petits oiseaux de toutes les couleurs à poser par ci par là pour éclairer vos dîners d'été
LE GRAND COMPTOIR 13€.

NOMADES

Et pourquoi pas à chacun son barbecue ? le nec plus ultra, un par table pour votre garden party. Mini barbecues LE TORCHON A CARREAUX 51,50 €

FLAMBEAUX

Ils se plantent en terre ou dans des grands pots de plantes et illuminent le jardin ou la terrase. Flambeaux de jardin SUMMER LEONARDO 12,50€

GAZON SUR TABLE

Set de sets. Couleurs tendance pour ces 4 sets en résille plastique. LE TORCHON A CARREAUX 22,90 €

JOLI FLACON

Pour donner un air de fête à votre huile, servez-la dans une de ces burettes colorées. BARBECUE AND CO 20€

PUNCH PARTY

Punch à gogo avec ce gros bocal tout rond et ses verres coordonnés en verre à bulles LEONARDO 38,50€ le grand bol et le verre 6,95€

SAMAYA
LE LIBAN À PARIS

Bien connu des amateurs de cuisine libanaise, le mezzé est un assortiment de petits plats variés, raffinés, chauds et froids, délicatement accommodés et qui invitent à la convivialité. Pour percer les secrets de cette cuisine simple, fraîche et spontanée, nous sommes allés rencontrer Odette Nassar, libanaise, qui régale le tout Paris depuis plus de 20 ans.

La cuisine libanaise est le reflet de ce pays, carrefour de plusieurs cultures. Ainsi, elle développe des accents arabes, grecs, turques, juifs et plus largement méditerranéens. Odette Nassar a hérité le goût de la cuisine, de son père, cuisinier dans une grand hôtel au Liban.
Arrivée en France en 86, elle rejoint son frère qui a monté un petit restaurant dans le 15ème arrondissement de Paris, le succès est immédiat et Samaya deviendra très vite le rendez-vous de tous les gourmets.

L'art du Mezze

Il n'y a pas de repas libanais sans mezze. On y trouve le taboulé, à base de tomates, blé concassé, persil, menthe, citron, huile d'olive et oignons, le hommos (purée de pois chiche, huile de sésame, citron), le moutabal, confectionné comme le hommos mais à base de pulpe d'aubergine ou encore les warak enab, feuilles de vignes farcies de riz, de tomates, de persil et d 'oignons : à ces petits hors-d'œuvre froids, il faut ajouter les célèbres et irrésistibles falafels, boulettes de fève, pois-chiche et graines de sésame ou les fatayer, chaussons aux épinards et au citron, les feuilletés au fromage, les petites pizzas à la viande et leurs délicieuses petites saucisses épicées. La liste n'est pas exhaustive tant ces mezze sont variés. Odette aime à rappeler que tout est frais et réalisé chaque jour.

Grillades, kebabs et chawarmas

Pas de cuisine libanaise sans grillades. Elles sont le plus souvent sous forme de brochettes d'agneau (chich kebab ou kafta lorsque la viande est hachée avec la menthe, le persil et les oignons), de poulet (chich taouk) ou encore de bœuf. Pour le bœuf et le poulet, on trouve le plus souvent ces viandes piquées sur des broches verticales, les viandes sont marinées et progressivement ajoutées. Elles seront servies émincées et composeront les fameux chawarmas, sandwichs à base de pain libanais, de sauce à l'ail, de tomates, de salade, d'oignons et de navets au vinaigre. Pour accompagner les grillades, on trouve le plus souvent du boulgour à la tomate ou du riz cuit au bouillon et enrichi de vermicelles.

Un monde de douceurs

Transposez l'art du mezze au dessert et vous obtenez une déclinaison de douceurs variées confectionnées à base de miel, de fruits secs, d'eau de fleur d'oranger, d'épices etc. Vous devez impérativement goûter le mouhalabié, flan au lait, à l'eau de fleur d'oranger et à la rose, le tout enrichi de pistaches hachées, mais aussi les katayef, petites crêpes au miel et à la pistache fourrées à la crème de lait.
Et puisque les mets se dégustent d'abord avec les yeux, vous serez d'abord conquis par l'aspect esthétique de cette cuisine, avant de devenir totalement accro.

Caroline Husson

Cuisinez comme un Chef

STÉPHANE RAIMBAULT

ŒUF MI-COQUE, MI-BROUILLE AU SAUMON

RISOTTO DE PETITS GRIS ET COURGETTES

L'oasis des frères Raimbault

Stéphane, François et le petit dernier Antoine cuisinent main dans la main. Ils ont hissé leur « Oasis » au rang des meilleures tables de la côte d'azur et de l'hexagone, ici, à la Napoule, on vient déguster la cuisine à 6 mains des frères Raimbault.

Points de repère

1956 Naissance à Cholet en Vendée

1975 Il obtient son B.T.H et son C.A.P.de cuisinier à l'école Méderic de Paris.

1979 Il devient chef chez Gérard Pangaud

1981 Il décroche 2 étoiles au guide Michelin

1982 Il part au Japon durant 9 ans et exporte « sa » cuisine

1991 Il arrive à l'Oasis avec son frère François, pâtissier

1992 Ils obtiennent 2 étoiles au guide Michelin

1999 Il rachète l'Oasis avec son frère François

2000 Antoine, le cadet, rejoint ses deux frères pour seconder Stéphane aux fourneaux

Votre dernier coup de fourchette ?
En Suisse, chez Philippe Rochat à Crissier, mon fils est à l'école hôtelière de Lausanne et souvent en stage dans cette superbe maison.

Votre madeleine de Proust ?
Le beurre cuit. Ma grand-mère exploitait une ferme en métayage et fabriquait son beurre, nous en faisions une consommation « déraisonnable » ! Le dimanche, le beurre noisette accueillait des escalopes de veau, quelques champignons et le tout nappé généreusement de crème !

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Chirurgien, j'ai beaucoup

La boisson qui vous rend meilleur ?
Un cocktail tropical à base de rhum et de fruits exotiques car synonyme de vacances.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Une volaille aux écrevisses dont j'étais très fier alors que j'étais encore élève à l'école hôtelière.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Ça dépend des circonstances, un sushi, un plat de bistrot, des huîtres. Je suis un éternel gourmand

Qu'est-ce qui vous rend soupe au lait?
Quand on n'essaie pas de toujours donner le maximum, et le cas échéant, quand on n'affiche aucun remords.

Dans votre cuisine, à la maison, il y a toujours?
De l'huile l'olive!

ROUGETS DE ROCHE
AUX LEGUMES GRILLES

SUPRÊMES DE PINTADE RÔTIES
AU CITRON

ŒUFS A LA NEIGE
AUX PETALES DE FLEURS

Votre ingrédient fétiche ?
Les pistes (petits encornets) rares et délicieux. Je les garde à ma carte toute l'année !

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
L'enthousiasme. Je suis peut-être trop exigeant.

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Le risotto.

Votre recette de vie ?
Avancer dans la vie en étant léger, sans s'encombrer des remords, des
regrets ou des rancunes. Regarder devant.
d'admiration et de considération pour ce qu'ils font.

Votre péché mignon ?
Un très bon champagne, un blanc de blancs pour sa finesse.

Votre saison préférée ?
Le chef d'entreprise vous répondrait l'été, pour les fêtes de fin d'année, je préfère l'hiver et je me réjouis de voir arriver le printemps et l'automne pour les produits.

Une escapade qui vous fait rêver ?
Le sud de la Thaïlande pour la cuisine variée et sublime et pour le climat.

Si vous étiez un plat ?
Un plat à partager qui a mijoté longtemps et servi dans une grande cocotte.

Un plat d'été?
Une pêche locale avec un tian de légumes du marché.

Vos adresses secrètes ?
Le vin sur vin, rue de Montessuy à Paris. Le restaurant d'un camarade de 30 ans, le plus petit restaurant étoilé de Paris, 5 ou 6 tables tout au plus.
On y mange très bien et comme son nom l'indique, la carte des vins est superbe.

Caroline Husson

ENTRÉE

ŒUF MI-COQUE, MI-BROUILLE AU SAUMON

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 4 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MINUTES

▪ PRÉVOIR : UN TOC OEUF (FACULTATIF)

À vos paniers

- 15 g de saumon fumé coupé en petits dés
- 4 cuillères à café d'œufs de saumon
- 4 œufs de poule réservés pendant 1 heure à température ambiante
- 6 œufs de caille
- 1 cuillère à café de moutarde à l'ancienne
- 2 cuillères à café de ciboulette ciselée finement
- 4 petites pluches d'aneth
- 1 dl de crème liquide + 1 cuillère à soupe
- 50 g de beurre
- Sel fin

Prévoir en accompagnement 4 toasts de pain de mie.

A déguster avec

Un blanc de Bellet, vin produit sur les hauteurs de Nice, atypique, frais et doté d'une belle rondeur.

1 Plonger les œufs tempérés dans l'eau bouillante, les cuire 1mn30 à ébullition. Les plonger dans l'eau froide pour stopper leur cuisson.

2 Oter soigneusement le haut de la coquille de chaque œuf, à l'aide d'un « toc œuf » pour plus de facilité. Retourner chaque œuf au-dessus d'un saladier et faire tomber le jaune et le peu de blanc qui n'est pas cuit. Conserver les coquilles chemisées de blanc d'œuf.

3 Ajouter dans le saladier les œufs de caille et 1 pincée de sel fin, mélanger à l'aide d'un fouet, puis ajouter 50 g de beurre coupé en petits morceaux. Placer le saladier dans un bain-marie, l'eau doit être bien chaude mais pas frémissante, cuire les œufs en remuant sans cesse mais délicatement à l'aide d'un fouet, compter environ 15 min de cuisson.

4 Dés qu'ils ont atteint une consistance crémeuse, les retirer du bain-marie. Incorporer 1 c. à s. de crème liquide pour stopper leur cuisson, puis, ajouter la moutarde, la ciboulette , les petits dés de saumon fumé. Saler si nécessaire.

5 Fouetter la crème liquide bien froide dans un récipient placé dans un plus grand contenant des glaçons. Garnir les coquilles chemisées de blanc d'œuf au _ d'œufs brouillés, les dresser ensuite sur des cocotiers.

6 Ajouter dans chacun 1 c. à .c de crème fouettée et dessus 1 petite c. à .c d'œufs de saumon, terminer par 1 petite pluche d'aneth. Servir ces œufs au saumon en hors d'œuvre ou en mise en bouche avec des petits toasts de pain de mie.

①

②

③

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Àconsommer avec modération

4

5

6

PLAT

RISOTTO DE PETITS GRIS
ET COURGETTES

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 6 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MINUTES

À vos paniers

- 100 g de riz à risotto
- 80 g de petits gris cuits, en conserve
- 80 g de courgettes fleurs
- 4 tomates en grappes
- 1 mini fenouil
- 1 cuillère à soupe de cébette hachée ou d'oignon
- 9 gousses d'ail
- 2 brindilles d'estragon
- 2 petits cœurs de basilic
- 1 cuillère à soupe de parmesan râpé
- 1 dizaine de copeaux de parmesan
- 85 g de beurre
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1/2 litre de bouillon de volaille
- 1 trait de pastis
- 1 trait de marc de Provence, de cognac ou d'armagnac
- 1/2 verre de vin blanc sec
- 1 pointe de couteau de piment d'Espelette en poudre
- Sel fin, poivre du moulin

A déguster avec

▪ Un vin méridional dont la production est plutôt confidentielle mais très intéressante : un Coteaux varois blanc.

1

1 Préchauffer le four à 180°C.
Laver 4 tomates, les essuyer, les fendre en deux en prenant soin de ne pas ôter les pédoncules. Parer 1 mini fenouil, l'émincer finement. Ecraser légèrement 8 gousses d'ail en chemise et les faire suer, ajouter le fenouil, l'estragon et les tomates, saler, couvrir, enfourner 1h.

2

2 Transvaser le contenu de la cocotte dans un chinois, presser le tout à l'aide d'un pochon. Récupérer 1 dl de jus de tomate, le verser dans une casserole.
Porter à ébullition et y incorporer , sur feu éteint, 40 g de beurre bien froid coupé en petits morceaux, puis 3 c. à s. d'huile d'olive. Saler et ajouter 1 pointe de couteau de piment d'Espelette en poudre. Retirer la casserole de la plaque de cuisson.

3

3 Chauffer le bouillon de volaille. Séparer les fleurs des courgettes. Couper les courgettes non pelées en morceaux (de la taille des escargots), réserver les fleurs. Chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive avec 25 g de beurre et faire suer les petits gris, mouiller avec 1 trait de pastis et 1 trait de marc de Provence.

4

4 Ajouter et faire suer ensuite successivement les morceaux de courgette, 1 c. à s. de cébette hachée, la dernière gousse d'ail hachée et le riz. Mouiller avec le vin blanc , laisser frémir puis incorporer, en remuant sans cesse, petit à petit le bouillon de volaille chaud jusqu'à ce qu'il soit absorbé. Compter environ 15 min de cuisson.

5

5 Ajouter sur feu très doux, 1 c. à s. de parmesan râpé et 20 g de beurre coupé en morceaux, bien mélanger, puis incorporer 2 c. à s. de pistou, les fleurs coupées en petits carrés d'1/2cm et quelques gouttes de jus de citron jaune, saler et poivrer.

6

6 Réchauffer sur feu très doux la sauce à la tomate sachant qu'elle ne doit pas bouillir.
Répartir le risotto de petits gris aux courgettes dans les assiettes, le parsemer de quelques copeaux de parmesan et d'1 petit cœur de basilic, ajouter tout autour un cordon de sauce à la tomate.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

ROUGETS DE ROCHE
AUX LEGUMES GRILLES

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 8 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 4 À 5 MINUTES ▪ TEMPS DE MARINADE : 2 HEURES

À vos paniers

- 2 rougets barbet de 180-200 g
- 90 g d'anchois à l'huile
- 6 mini fenouil
- 6 tomates cerise
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de pulpe de tomate (dépourvue de peau) coupée en dés
- 1 cuillère à soupe de tomate séchée (dépourvue des graines) coupée en dés
- 1 cuillère à soupe de petites feuilles de céleri
- 1 cuillère à soupe d'olives niçoises coupées en dés
- 1 cuillère à soupe de câpre, au sel de préférence (prendre soin de les dessaler)
- 1/2 cuillère à soupe de persil plat concassé
- 1 dizaine de pluches d'herbes : aneth, coriandre et basilic
- 2,5 dl d'huile d'olive
- 30 g de vinaigre balsamique
- Gros sel, sel fin, fleur de sel et poivre du moulin

①

②

③

④

⑤

1 Demander au poissonnier de préparer les rougets : les écailler, les vider, supprimer les têtes, ôter soigneusement l'arête centrale sans partager les filets, les arêtes ventrales et latérales. Préparer une anchoïade : mixer finement les anchois à l'huile (dépourvus d'arêtes) avec 80 g d'huile d'olive, 30 g de vinaigre balsamique et 40 g d'eau chaude. Poivrer généreusement. Préchauffer le gril du four.

2 Dans un saladier, mélanger les dés de pulpe de tomate et ceux de tomate séchée, les dés de céleri, les petites feuilles de céleri, les dés d'olive, les câpres, le persil plat concassé et 1 dl d'huile d'olive. Laisser mariner 1 à 2h à température ambiante.

3 Parer les fenouils. Plonger les mini fenouils dans l'eau bouillante salée, les cuire 10 min à petite ébullition. Les rafraîchir ensuite dans de l'eau bien froide puis les égoutter. Badigeonner les mini fenouils et les tomates cerises d'huile d'olive. Marquer ensuite successivement les tomates et les mini fenouils sur un gril bien chaud préalablement huilé.

4 Huiler et frotter à l'ail une plaque de cuisson. Saler et poivrer les rougets sur chaque face. Les disposer sur la plaque, côté chair dessous, badigeonner soigneusement à l'aide d'un pinceau le côté peau d'huile d'olive. Disposer tout autour les mini fenouils et les tomates grillées, assaisonner ces légumes, puis glisser la plaque dans le four préchauffé, près du gril. Compter 4 à 5 min de cuisson en surveillant régulièrement.

5 Egoutter la garniture marinée, la répartir sur un plat de service, dresser dessus les rougets et les petits légumes grillés. Ajouter quelques pluches de coriandre, de basilic et d'aneth. Parsemer les rougets de quelques grains de fleur de sel et de poivre du moulin. Présenter l'anchoïade en saucière.

A déguster avec

Un rosé de Bandol vous laissera un grand souvenir avec cette recette

Conseils de chef

Pour la cuisson des fenouils et de tout autre légume, compter 10g de gros sel pour 1 litre d'eau.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

SUPRÊMES DE PINTADE RÔTIS AU CITRON

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 7 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : > 30 MINUTES ▪ CUISSON : 17 MINUTES

À vos paniers

- 2 ailes de pintade
- 30 g de lardons fumés
- 1 blanc d'œuf
- 1 cuillère à café de tomate séchée coupée en petits dés
- 1 citron jaune
- 1 cuillère à soupe de petits dés de pulpe de citron jaune (dépourvue de peau)
- 1 cuillère à café de citron au sel haché préalablement dessalé
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de cébette hachée, d'oignon ou d'échalote
- 2 cuillères à soupe de pluches d'estragon concassées
- 1 cuillère à soupe de pluches de persil plat concassées
- 3 morceaux de sucre blanc
- 50 g de beurre
- Vin blanc sec
- Bouillon de volaille
- Fond de veau
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de poivre vert
- Sel fin, fleur de sel et poivre du moulin

PLAT

SUPREMES DE PINTADE RÔTIS AU CITRON

1 Retirer les 2 filets mignons de 2 suprêmes de pintade. Les ouvrir en portefeuille, les disposer sur le plan de travail, côté peau dessous, inciser légèrement au milieu et sur toute la longueur les blancs côté chair, faire glisser ensuite la lame du couteau de chaque côté, sans aller jusqu'aux extrémités, afin de les dédoubler.
Mélanger 1 c.à.s d'estragon et de persil plat. Badigeonner à l'aide d'un pinceau les filets mignons de pintade, de blanc d'œuf, puis les paner du mélange de persil et d'estragon. Allonger ensuite ces filets au centre de chaque blanc ouvert en portefeuille et rabattre dessus les côtés en les chevauchant le plus possible. Les piquer à l'aide d'un petit pic en bois afin de bien les maintenir.

2 Préchauffer le four à 180°C. Saler et poivrer les suprêmes de chaque côté. Chauffer 1 c.à c. d'huile d'olive avec 50 g de beurre dans un poêlon, disposer ensuite et faire juste colorer, sachant que la cuisson se prolongera au four, les ailes sur chaque face en commençant par le côté chair.

3 Dès que les suprêmes sont bien colorés, les retirer, dégraisser le poêlon et disposer à nouveau les ailes côté chair. Enfourner 15 min à 180°C. Bien laver 1 citron jaune, frotter dessus 3 morceaux de sucre afin qu'ils s'imbibent du zeste. Presser le jus. La cuisson terminée, débarrasser et réserver les ailes de pintade sur une grille.

1

2

3

4

5

6

4 Faire rissoler dans le poêlon de cuisson les lardons fumés, ajouter l'ail en chemise légèrement écrasé, la cébette hachée, les morceaux de sucre et la moitié du jus de citron, laisser réduire pratiquement à sec en remuant bien avec une spatule en bois. Puis, verser et porter à frémissement successivement le vin blanc, le bouillon de volaille et le fond de veau. Passer ensuite ce fond de viande et le débarrasser dans une casserole.

5 Chauffer le fond sur feu doux, y ajouter la tomate séchée, le poivre vert, le citron au sel haché et les petits dés de pulpe (dépourvue de peau) de citron jaune. Réserver sur feu doux, ne pas faire bouillir. Réchauffer si nécessaire la pintade sous le gril du four 1 à 2 min. Ajouter l'estragon concassé dans la sauce, mélanger délicatement.

6 Trancher soigneusement les suprêmes jusqu'à l'aileron, répartir les morceaux sur deux assiettes individuelles, les napper de la sauce, parsemer le tout de quelques grains de fleur de sel et d'1 feuille d'estragon.

A déguster avec

- Un Côtes de provence rouge, fruité et concentré, le tout pour un excellent rapport qualité/prix.

Conseils de chef

- Il est possible de farcir ces suprêmes la veille, les réserver dans ce cas au réfrigérateur.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Faites un geste pour vos papilles !
Nouveau
SPÉCIAL MOULIN
Gros Sel marin Guérande
Séché
Le gros sel séché « Spécial moulin »
Coopérative de producteurs
Le Guérandais

ŒUFS A LA NEIGE
AUX PETALES DE FLEURS

▪ **POUR 4 PERSONNES** ▪ **4 € ENVIRON PAR PERSONNE**

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MINUTES

▪ PRÉVOIR : 4 RAMEQUINS DE 7 CM DE DIAMÈTRE ENVIRON SUR 4 CM DE HAUTEUR

À vos paniers

- 4 abricots confits
- 2 mandarines confites
- 4 kumquats
- 1 orange
- 30 g de pétales de rose
- 30 g de pétales de violette
- 4 fleurs de violette candie
- 4 pétales de rose candie
- 1 cuillère à café de jus de citron jaune
- 4 jaunes d'œuf
- 4 blancs d'œuf
- 15 g de beurre
- 160 g de sucre semoule
- 30 g de sucre glace
- 4 dl de lait
- 1 cuillère à soupe de liqueur de mandarine
- 1 pincée de sel fin

Conseils de chef

Une astuce pour vérifier la cuisson de la crème: Retirer la spatule de la casserole, passer un doigt dessus. Si la crème est prise, la trace du doigt demeure et la crème ne coule pas.

A déguster avec

Le trop méconnu muscat de Saint-Jean de Minervois, l'un des vins doux naturels les plus délicats.

①

1 Bien laver 1 orange, l'essuyer. Prélever le zeste puis le hacher finement. Porter le lait à ébullition dans une casserole, ajouter le zeste d'orange haché, mélanger. Réserver.

②

2 Fouetter 4 jaunes d'œuf avec 80 g de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Verser dessus le lait bouillant parfumé, bien mélanger, puis transvaser dans une casserole humidifiée. Chauffer ensuite sur feu doux, en remuant sans cesse, elle doit épaissir et napper la spatule mais ne doit pas bouillir. Lorsque la crème anglaise est à point, stopper sa cuisson en la déposant sur des glaçons.

③

3 Couper en petits morceaux les abricots et les mandarines. Les parfumer avec 1 c. à s. de liqueur de mandarine. Les laisser s'imbiber 15 min. Préchauffer le four à 160°C. Beurrer 4 ramequins, puis les chemiser de sucre semoule. Les réserver au réfrigérateur afin que le beurre durcisse.

④

4 Concasser grossièrement les pétales de rose et de violette. Monter en neige 4 blancs d'œuf avec 1 pincée de sel fin et 1 c. à c. de jus de citron, 50 g de sucre. Terminer à vitesse rapide afin de bien serrer ces blancs. Incorporer les pétales de fleurs.

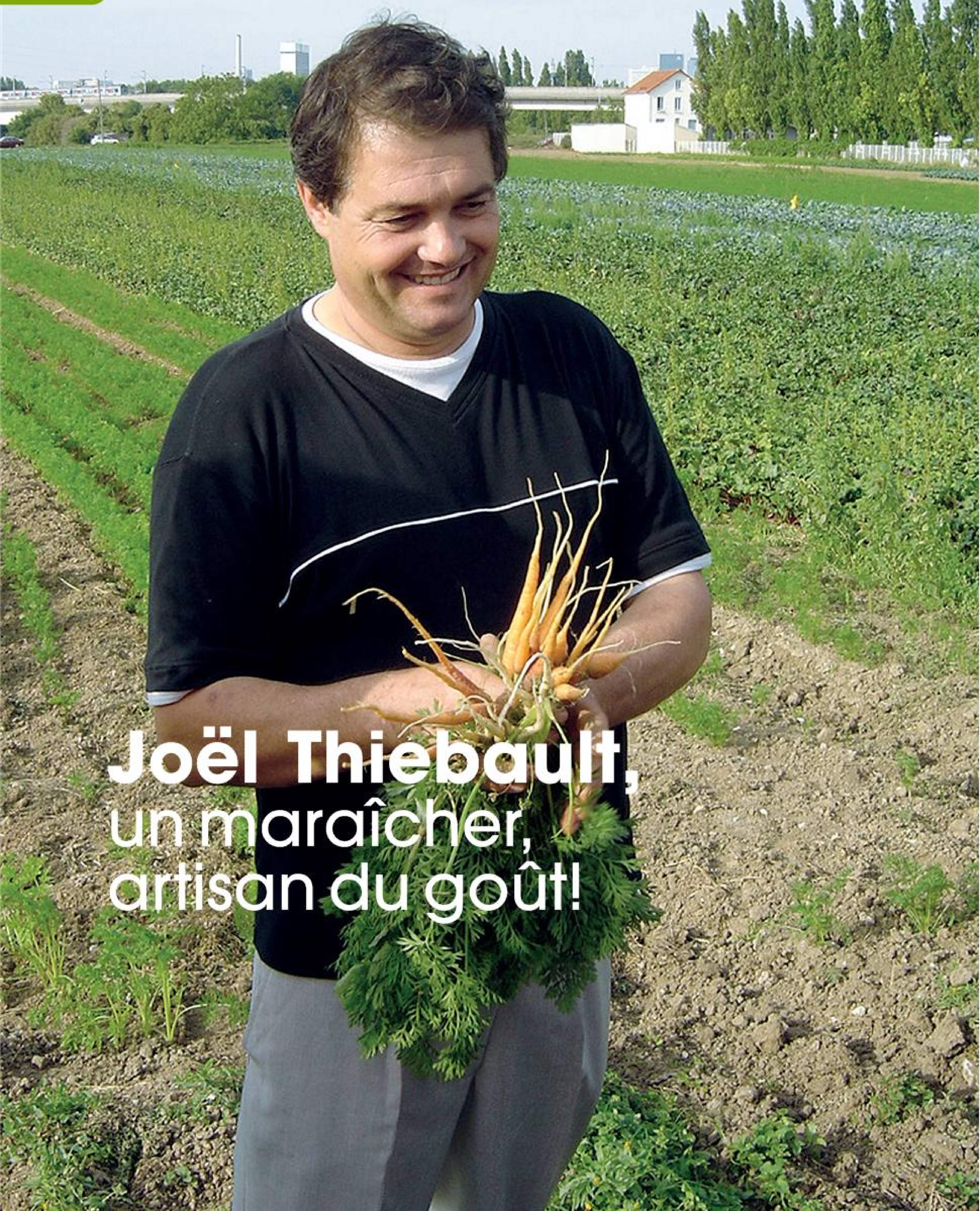
⑤

5 Garnir les ramequins de blancs d'œuf en neige, creuser un puits au centre et y répartir les petits morceaux d'abricot et de mandarine confits puis recouvrir entièrement de blanc d'œuf. Placer ces ramequins dans un bain-marie, l'eau doit arriver au 3/4 de la hauteur et enfourner 15 min.

⑥

6 Laisser refroidir. Démouler les œufs à la neige sur une assiette creuse, verser tout autour un généreux cordon de crème anglaise. Dresser sur chaque œuf un kumquat, 1 fleur de violette candie, 1 pétale de rose candie.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



Joël Thiebault,
un maraîcher, artisan du goût!

Fils d'une lignée de maraîchers, Joël Thiebault est un véritable collectionneur de saveurs. Entre les variétés perdues qu'il essaye de retrouver et les méconnues qu'il tente de faire pousser, ce passionné cultive tout au long de l'année, plus de 1500 herbes et légumes sur 20 hectares à Carrières-sur Seine.

Au moyen-âge ses ancêtres cultivaient déjà des légumes sur ces mêmes terres qui à l'époque s'appelaient Carrière St Denis.

Une histoire de famille

C'est au XVIIIème siècle que sa famille commence à livrer des fruits et des légumes à la Cour Royale et aux maisons bourgeoises des alentours. En 1873, elle s'installe sur le marché de l'Alma (Paris 16ème) et ne le quittera plus. En 1976, se passionnant par le travail de ses parents, le jeune Joël abandonne des études scientifiques pour perpétuer la tradition familiale.

Aujourd'hui, quand il n'est pas sur les marchés à promouvoir ses produits, il met en place des nouveaux semis et recherche de nouvelles techniques de culture. Joël Thiebault ne se contente pas de faire pousser par milliers ses plants dans son potager, il les bichonne un par un ! Selon lui, la première qualité du maraîcher, c'est de savoir observer la plante !

Sur son étal, il nous en fait voir de toutes les couleurs ! Les carottes sont jaunes, blanches ou violettes, les radis sont verts et les blettes sont jaunes ! Rien que pour les tomates, il prévoit d'en cultiver 70 variétés cette année ! Comme la nouvelle variété, « Green Zebra », qui a la particularité d'être très douce et reste verte à maturité. Ses « chouchous » pour cet été, c'est le petit pois de Kelvedor, sucré et croquant et la févette qui est particulièrement parfumée.

Culture raisonnée

Sans être un fervent partisan du bio, Joël Thiebault travaille sainement, respectant les rythmes de croissance des végétaux et adoptant des rendements raisonnés. Il est convaincu que c'est la diversité qui fait la richesse de notre patrimoine semencier et qu'elle doit être défendue et conservée. Il peste contre cette évolution vers la standardisation gustative !

Joël Thiebault est contre la rigidité de la plupart des « labels ». Il pense que c'est tout à fait possible de cultiver les mêmes variétés dans différentes régions. Ce n'est qu'une question de savoir-faire et de talent du maraîcher.

Le maraîcher des chefs

Gourmand, il a tissé des liens d'amitié avec les chefs qui travaillent ses légumes, comme le triple étoilé Pascal Barbot de l'Astrance ou Eric Briffart de l'hôtel Georges V. Joël leur explique la matière et il ne reste plus qu'aux chefs à la mettre en scène. Ainsi chacun apporte à l'autre son savoir faire pour le plus grand plaisir des gourmets. Que l'on soit client d'un jour, habitué du marché de l'Alma ou chef de grandes tables, Joël prendra toujours le temps de vous transmettre sa passion et son amour du légume.Joël est un jardinier heureux, il fait des légumes joyeux qui ne demandent qu'à être mangés !

Marina Gobet

Cuisinez comme un Chef

JEAN-LOUIS NOMICOS

VELOUTE DE FEVETTES AU FROMAGE DE CHEVRE FRAIS

ARTICHAUTS POIVRADES AUX PIGNONS ET LARD PAYSAN

Tradition et modernité

Aux commandes des cuisines du restaurant Lasserre depuis 8 ans, Jean-Louis Nomicos n'a eu de cesse de faire briller cette table crée au milieu du siècle dernier, respectant la tradition tout en insufflant avec élégance quelques touches plus modernes sans oublier ses racines méditerranéennes.

Votre dernier coup de fourchette ?
Un tajine aux portes de L'Atlas préparé par une famille berbère.

Votre madeleine de Proust ?
Une odeur de figuier en Provence, sous une tonnelle. C'est un parfum très particulier, parfois, en septembre, quand je reçois des figues, il m'arrive de replonger en enfance.

La boisson qui vous rend meilleur ?
Un spritz, un apéritif 100% italien que j'ai revisité: champagne Aperol et zeste d'orange sanguine.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Une oursinade, une soupe de poisson de roches liée au corail d'oursin.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Lorsque je hume la première truffe noire de la saison. On l'attend et la retrouve chaque année avec le même plaisir.

Dans votre cuisine, à la maison, il y a toujours?
Une date affichée pour le prochain dîner avec mes amis.

Votre ingrédient fétiche ?
L'huile d'olive qui provient des oliviers du champ de mes parents à Allauch près de Marseille.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
La patience. Je le suis peut-être trop…

Points de repère

1967 Naissance à Marseille.

1983 Jean-Louis Nomicos fait ses débuts au restaurant « l'Oursinade » à Marseille.

1985 - 1986 Chef de partie auprès d'Alain Ducasse au restaurant le « Juana » à Juan les Pins (2 étoiles Michelin).

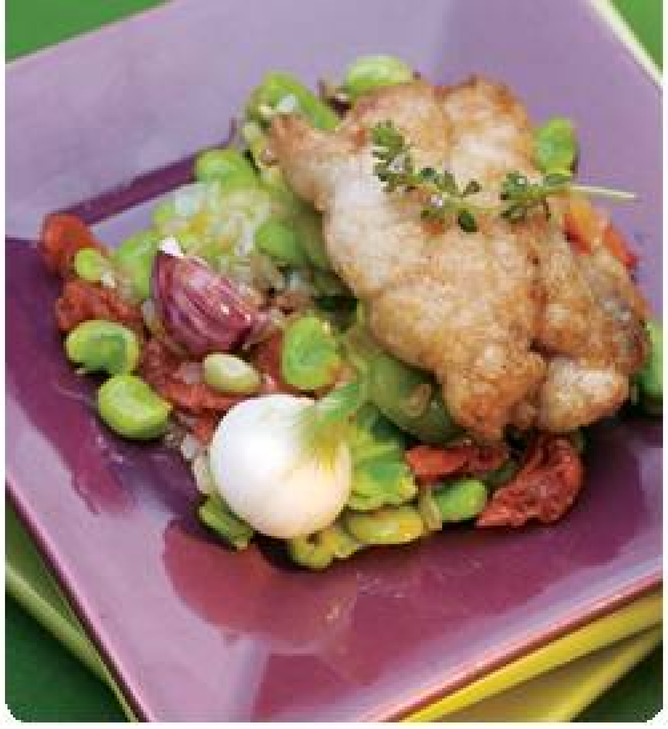
1990 - 1995 Sous chef et chef de partie à l'Hôtel de Paris à Monaco (3 étoiles Michelin), avec Alain Ducasse.

1995 – 2001 Chef de cuisine au Pavillon de la Grande Cascade à Paris (1 étoile Michelin).

Depuis 2001 Chef exécutif au restaurant Lasserre (2 étoiles Michelin).

2008 Rédaction du livre : « Lasserre-Paris, Créations Jean-Louis Nomicos »

ENCORNETS ET OREILLETTES AU BEURRE DE GINGEMBRE



RIS D'AGNEAU AU THYM CITRON A L'HUILE D'ARGAN

GATEAU AU CHOCOLAT SANS FARINE

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Les légumes truffe noire d'Alain Ducasse. Ce plat, il l'a crée en 1987, je me souviens avoir assister à sa naissance.

Votre recette de vie ?
Pas beaucoup d'ingrédients mais faite avec de la rigueur, de l'amour et de la simplicité.

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Archéologue, j'ai toujours été proche de la terre, petit déjà, j'aimais gratter le sol.

Votre péché mignon ?
Un bon havane le dimanche après le déjeuner.

Une escapade qui vous fait rêver ?
C'est un rêve même quand j'y suis : La Corse.

Si vous étiez un plat ?
De préférence chaud pour apporter du réconfort à tous ceux, pour qui, un plat fait la différence.

Un plat d'été?
Un poisson de méditerrané en fines lamelles crues , huile d'olive et basilic.

Vos adresses secrètes ?
Restaurant Costa Marina à Porto Vecchio, une pizzeria trattoria où j'aime aller.

Caroline Husson

VELOUTE DE FEVETTES
AU FROMAGE DE CHEVRE FRAIS

■ **POUR 4 PERSONNES** ■ **2€ ENVIRON PAR PERSONNE**
■ PRÉPARATION : <30 MINUTES ■ CUISSON : 5 MINUTES

À vos paniers

- 100 g de fromage de chèvre fais
- 400 g de févettes écossées
- 1 oignon moyen
- 1 cuillère à café de feuilles de marjolaine hachées finement
- 20 g de beurre
- 150 g de crème liquide
- Quelques filets d'huile d'olive
- 3 dl de bouillon de volaille
- Gros sel, Sel fin et poivre du moulin

Conseils de chef

Vous pouvez aussi réaliser cette recette toute l'année en remplaçant les févettes par des pois cassés

1 Peler et émincer l'oignon. Chauffer le beurre avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et faire suer l'oignon sans coloration, remuer avec une spatule en bois, ajouter les févettes écossées (non pelées).

2 Bien mélanger, mouiller avec 3 dl de bouillon de volaille, saler modérément, amener à légère ébullition et laisser cuire 5 min.

3 Verser les févettes et le bouillon de cuisson dans le bol d'un mixeur, bien mixer, incorporer ensuite 150 g de crème liquide, émulsionner, puis filtrer à travers un chinois étamine. Réserver.

4 Ecraser grossièrement à la fourchette 100 g de fromage de chèvre fais avec 1 cuillère à café de feuilles de marjolaine hachées finement, assaisonner à convenance de sel fin, poivre du moulin et d'1 filet d'huile d'olive.

5 Répartir le velouté de févettes chaud ou froid dans 4 assiettes creuses, l'agrémenter du fromage de chèvre frais détaillé en petites parcelles (de la grosseur d'une noix) et d'1 petit filet d'huile d'olive.

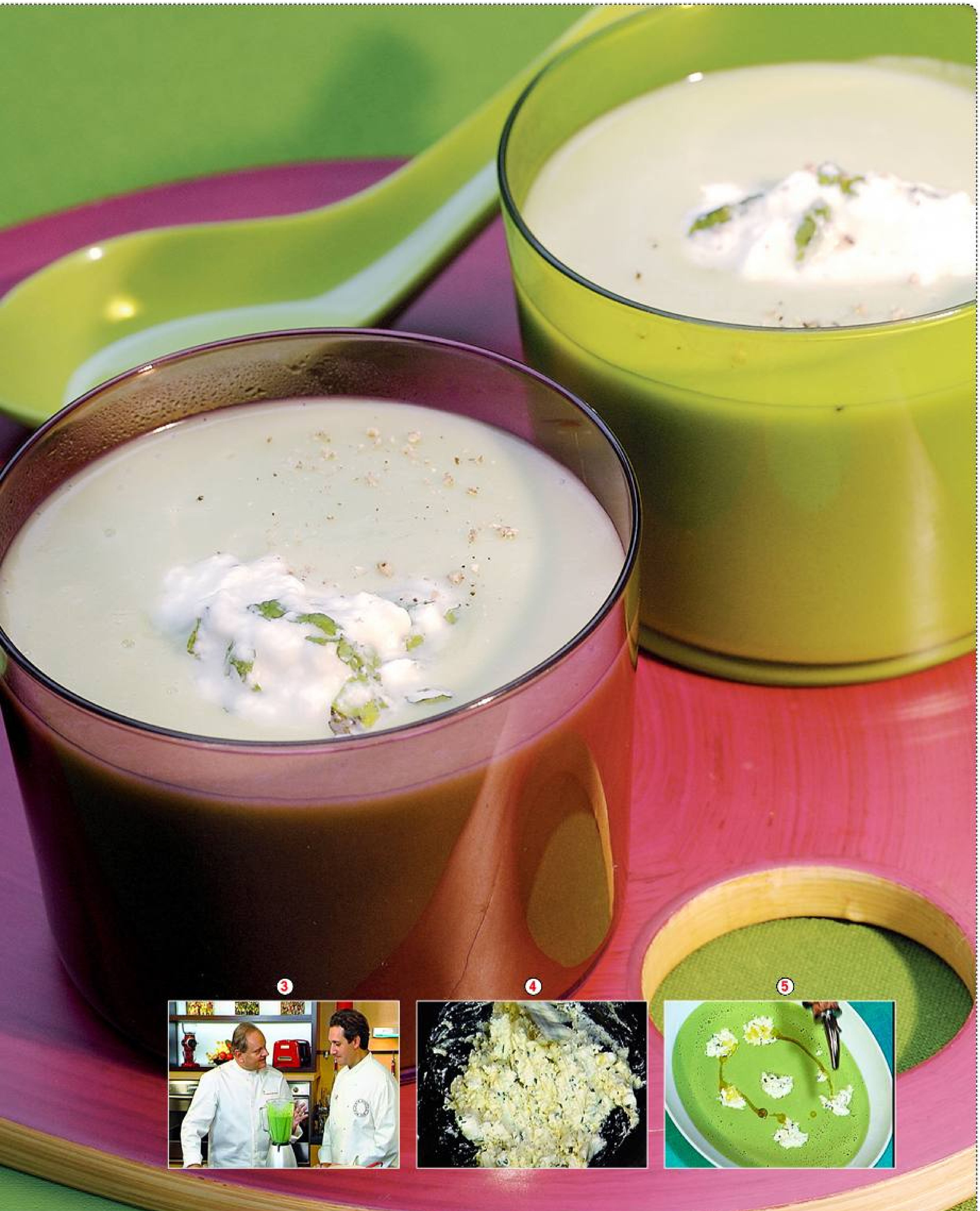
A déguster avec

Un bon sauvignon de Touraine toujours très aromatique et d'une belle minéralité

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
À consommer avec modération

1

2



3

4

5

ENTRÉE

ARTICHAUTS POIVRADES
AUX PIGNONS ET LARD PAYSAN

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 3 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 4 MINUTES

À vos paniers

- 8 artichauts poivrades
- 8 tomates cerise (avec pédoncule de préférence)
- 1 petite poignée de feuilles de roquette
- 1 gousse d'ail en chemise
- 1 cuillère à soupe de pignons de pin légèrement grillés au four
- 100 g de lardons de lard fumé
- Quelques filets d'huile d'olive
- Sel fin, fleur de sel et poivre du moulin

①

1 Apprêter les artichauts poivrades : retirer les feuilles, raccourcir la queue (en conserver 2 cm) et la peler. Les émincer en fines lamelles. Laver les tomates cerises.

②

2 Chauffer 1 filet d'huile d'olive dans un poêlon, ajouter et faire rissoler 100 g de lardons avec 1 gousse d'ail en chemise.

③

3 Ajouter ensuite et faire suer sans coloration les lamelles d'artichauts, les saler modérément, les poivrer, les cuire 1 à 2 minutes, préférer une cuisson al dente. Ajouter et tiédir les tomates cerise et 1 cuillère à soupe de pignons de pin.

④

4 Assaisonner 1 petite poignée de feuilles de roquette préalablement nettoyées avec une pincée de sel fin et 1 filet d'huile d'olive. Les répartir sur les artichauts.

⑤

5 Assaisonner les tomates cerise de quelques grains de fleur de sel.
Servir et déguster ces « artichauts poivrades aux pignons et lard paysan » chauds, tièdes ou froids.

A déguster avec

▪ L'Irouléguy blanc « Herri Mina » de Jean-Claude Berrouët aux jolies notes d'agrumes et de pierre-à-fusil.

Conseils de chef

▪ Pour un plat encore plus concentré en goût, préferer des tomates confites (voir page 76) au tomates cerises.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

ENCORNETS ET OREILLETTES
AU BEURRE DE GINGEMBRE

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 6 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 10 MINUTES

À vos paniers

- 400 g d'encornets (pièce de 200/250 g)
- 280 g d'orecchiette, pâtes en forme de petites oreilles
- Le zeste d'1 citron vert haché finement
- 1 petit oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de ciboulette ciselée finement
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Gros sel, sel fin et poivre du moulin

Beurre de citron vert parfumé au gingembre :

- 1/2 verre d'eau
- 1/2 verre de jus de citron vert
- 100 g de beurre
- 1 cuillère à café de gingembre frais pelé et haché finement
- Sel fin et poivre du moulin

1

2

3

4

5

1 Cuire al dente 280 g d'orecchiette dans de l'eau bouillante salée, se référer au temps de cuisson indiqué sur l'emballage, puis, les égoutter.

2 Peler et hacher finement 1 petit oignon et 1 gousse d'ail, prendre soin de dégermer cette dernière. Tailler 400 g d'encornets en rondelles de 3 à 4 mm.

3 Cuire dans un poêlon les rondelles d'encornet avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.
Ajouter et faire suer l'oignon et la gousse d'ail, puis ajouter et réchauffer les pâtes, bien mélanger. Réserver hors du feu.

4 Préparer un beurre de citron vert parfumé au gingembre :
Chauffer dans une petite casserole 1/2 verre d'eau avec 1/2 verre de jus de citron vert, donner une ébullition, retirer de la plaque de cuisson, incorporer petit à petit à l'aide d'un fouet le beurre bien froid coupé en morceaux, assaisonner à convenance de sel fin et poivre du moulin et agrémenter d'1 c. à c. de gingembre frais haché finement.

5 Verser le beurre de citron vert et gingembre sur le mélange de pâtes et encornets, réchauffer le tout, assaisonner à convenance de sel fin et poivre du moulin, bien mélanger. Parsemer dessus 1 cuillère à soupe de ciboulette ciselée et le zeste d'1 citron vert haché finement.

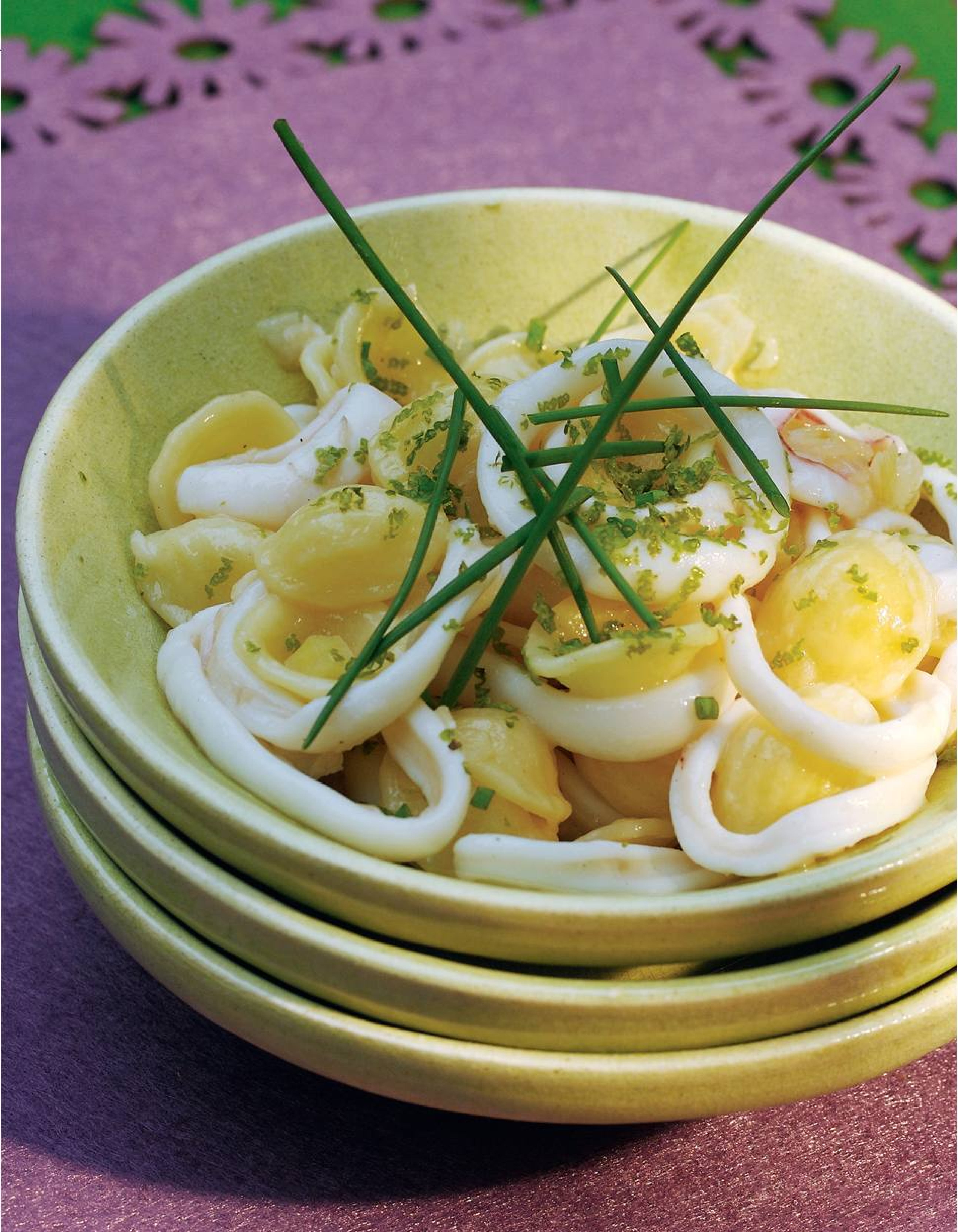
A déguster avec

▪ Le remarquable Riesling cuvée « Frédéric Emile » de chez Trimbach, d'une densité rare.

Conseils de chef

▪ Les rondelles d'encornets doivent être à peine cuites au risque de devenir caoutchouteuse en cas de surcuisson.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



RIS D'AGNEAU AU THYM
CITRON A L'HUILE D'ARGAN

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ : 9€ ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 8 MINUTES

À vos paniers

- 8 ris d'agneau
- 200 g de févettes préalablement blanchies et pelées
- 4 petits oignons blancs
- 6 pétales de tomate confite
- 1 citron confit au sel
- 2 gousses d'ail en chemise
- 1 brindille de thym frais
- 1 brindille de thym citron frais
- 2 à 3 poignées de farine
- 20 g de beurre
- Quelques filets d'huile d'olive
- Quelques gouttes d'huile d'argan
- 1 cuillère à soupe de gros sel
- Sel fin et poivre du moulin

①

②

③

④

⑤

1 Plonger les ris dans une casserole remplie d'eau froide, ajouter 1 c.à.s de gros sel, donner une ébullition puis les rafraîchir rapidement dans de l'eau bien froide additionnée de quelques glaçons et les égoutter sur un papier absorbant.

2 Fariner les ris, les assaisonner de sel fin et de poivre du moulin.
Chauffer dans une poêle antiadhésive 1 filet d'huile d'olive avec 20 g de beurre, ajouter 1 gousse d'ail en chemise, 1 brindille de thym frais, disposer et cuire les ris, compter 2 à 3 min de cuisson sur chaque face. Les débarrasser et les réserver ensuite sur un grille.

3 Peler et émincer finement 4 petits oignons blancs. Hacher finement la peau d'1 citron confit au sel. Chauffer 2 c.à.s d'huile d'olive, faire suer, et même légèrement caraméliser les oignons hachés avec 1 gousse d'ail en chemise et 1 brindille de thym citron.

4 Ajouter ensuite et réchauffer sur feu doux les févettes blanchies et pelées, bien mélanger, 6 pétales de tomate confite, saler et poivrer à convenance. Agrémenter d'1/2 cuillère à café de peau de citron confit hachée puis déglacer avec 2 cuillères à soupe d'eau.

5 Dresser les ris d'agneau sur ce ragoût de févettes, terminer par une brindille de thym citron et quelques gouttes d'huile d'argan.

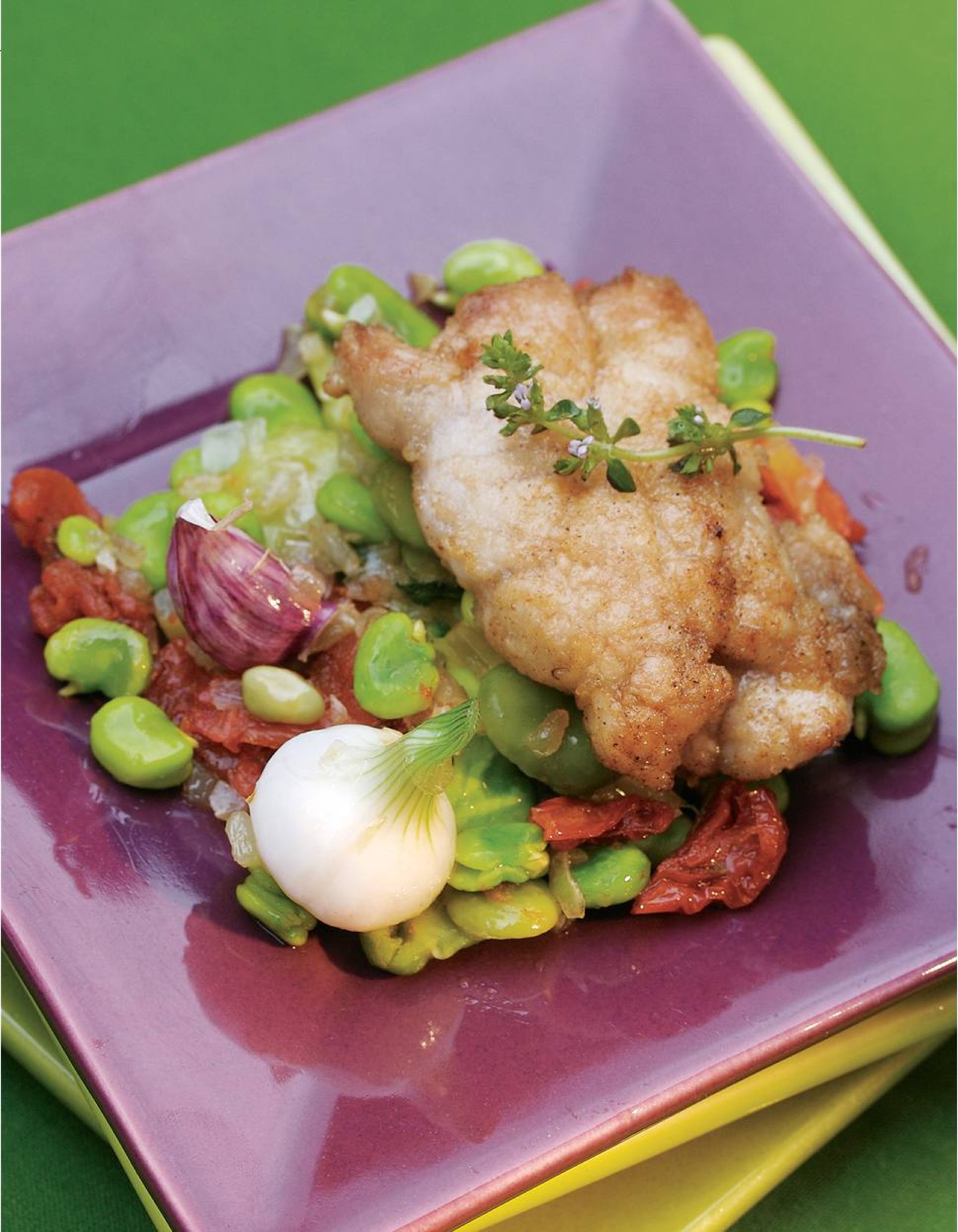
A déguster avec

▪ Le Côtes du Rhône Villages Laudun rouge cuvée expression des vignerons Laudun et Chusclan.

Conseils de chef

▪ Vous pouvez également réaliser cette recette avec des ris de veau escalopés.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



DESSERT

GATEAU AU CHOCOLAT
SANS FARINE

▪ POUR 6 PERSONNES ▪ 1,50€ ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 20 MINUTES ▪ PREVOIR : UN MOULE À TARTE

À vos paniers

- 375 g de chocolat noir à 70%
- 6 œufs
- 225 g de beurre + 1 morceau pour le moule
- 225 g de sucre semoule
- 1 poignée de maïzena
- 1 à 2 cuillères à soupe de sucre glace

①

1 Préchauffer le four à 180°C. Beurrer 1 moule à tarte (pour 6 personnes), le saupoudrer de maïzena en veillant à le retourner pour retirer l'excédent.

②

2 Couper 375 g de chocolat noir en petits morceaux.
Disposer le chocolat dans un saladier, y ajouter 225 g de beurre, et faire fondre doucement au bain marie (eau à peine frémissante).

③

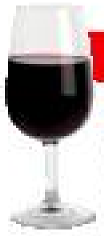
3 Fouetter vivement 6 œufs avec 225 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Fouetter aussitôt le sucre incorporé pour ne pas brûler les jaunes.

④

4 Lorsque le chocolat et le beurre sont bien fondus, retirer le saladier de la casserole d'eau chaude, y incorporer en remuant à l'aide d'une spatule pour commencer puis d'un fouet le mélange œuf/sucre.

⑤

5 Verser ensuite l'appareil dans le moule à tarte . Enfourner 20 minutes. Laisser le gâteau refroidir à température ambiante.
Ne pas le démouler, le saupoudrer de sucre glace avant de le servir détaillé en parts comme pour une tarte.



A déguster avec

Le magnifique Maury du domaine Mas Blanc, parfaitement équilibré, riche, suave et très type cacao.

Conseils de chef

Préférer une couche mince et non épaisse afin que le gâteau soit très moelleux.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Par Marina Gobet

DES BOULES À TOUT PRIX

Design et fonctionnelle, la cuillère à glace ZYLISS à une bonne prise en main grâce à sa poignée de forme ergonomique. Elle possède des bords en acier pour réussir de belles boules, même dans la glace sortant du congélateur.
Existe en 3 couleurs : fraise, fushia ou orange 13,50 €

SAVOUREZ DE DÉLICIEUSES GLACES MAISON

On aime la Sorbetière Strawberry Web WHITE & BROWN pour sa couleur rouge bonbon. Sa cuve à accumulation de froid, brasse et refroidi la glace en 40 minutes. Entièrement démontable. 49,90 € + éco-contribution 0,25 €

DEVENEZ UN MAITRE GLACIER

Avec la turbine à glace Fresca - WHITE & BROWN, vous réaliserez jusqu'à 1.5 litre de glace en un tour de main. Avec sa fonction maintien au froid, les glaces et les sorbets conservent une belle texture pendant une heure après l'arrêt du programme.
Livré avec 1 verre doseur, 1 cuillère à glace et des recettes dans la notice 399,90€

UNE CUILLÈRE À GLACE PAS COMME LES AUTRES

Avec la cuillère Scoop CUISIPRO, il suffit d'une simple pression sur le manche pour découper facilement la glace et obtenir des boules cylindriques. Présentez dans un cornet, en verrines ou simplement sur une assiette, vous épaterez toute la famille ! Existe en 3 couleurs : Rose, vert ou blanc 15 €

FINI LA FUMÉE, FINI LA GRAISSE

Grâce à son système d'évacuation des graisses à travers la plaque de cuisson sans entrer en contact avec les résistances, Easy Grill Thermospot de TEFAL ne dégage aucune fumée pendant la cuisson. Entièrement démontable, sa plaque de cuisson passe au lave vaisselle. 59,49€

EXPERT EN CUISSON

Avec son thermomètre digital integré la fourchette thermo-sonde **MASTRAD** vous donne le degré de cuisson des vos viandes, vollailles et poissons ....
Equipée d'une lampe torche elle vous permet l'ultilisation en toute circonstance.

LES USTENSILES INDISPENSABLES

Indispensable cet été, le Tablier barbecue CUBO 9 pièces BERGHOFF est l'accessoire idéal pour les amateurs de barbecue ! Pratique et compact, vous aurez à porté de main : salière, poivrier, gant (100% coton), fourchette et couteau à steak, fourchette à viande, spatule perforée et pince !
35,50 €

BARBECUE MULTIFONCTION

Griller ou rôtir, viande, poisson ou légumes, toute est possible avec le barbecue grill électrique Fire Stone de FAVEX. La conjugaison gril et plancha vous offre un maximum de possibilités. Grâce à son capot cylindrique, il cuit comme un four traditionnel. Son système Cook Control surveille la cuisson 399 €

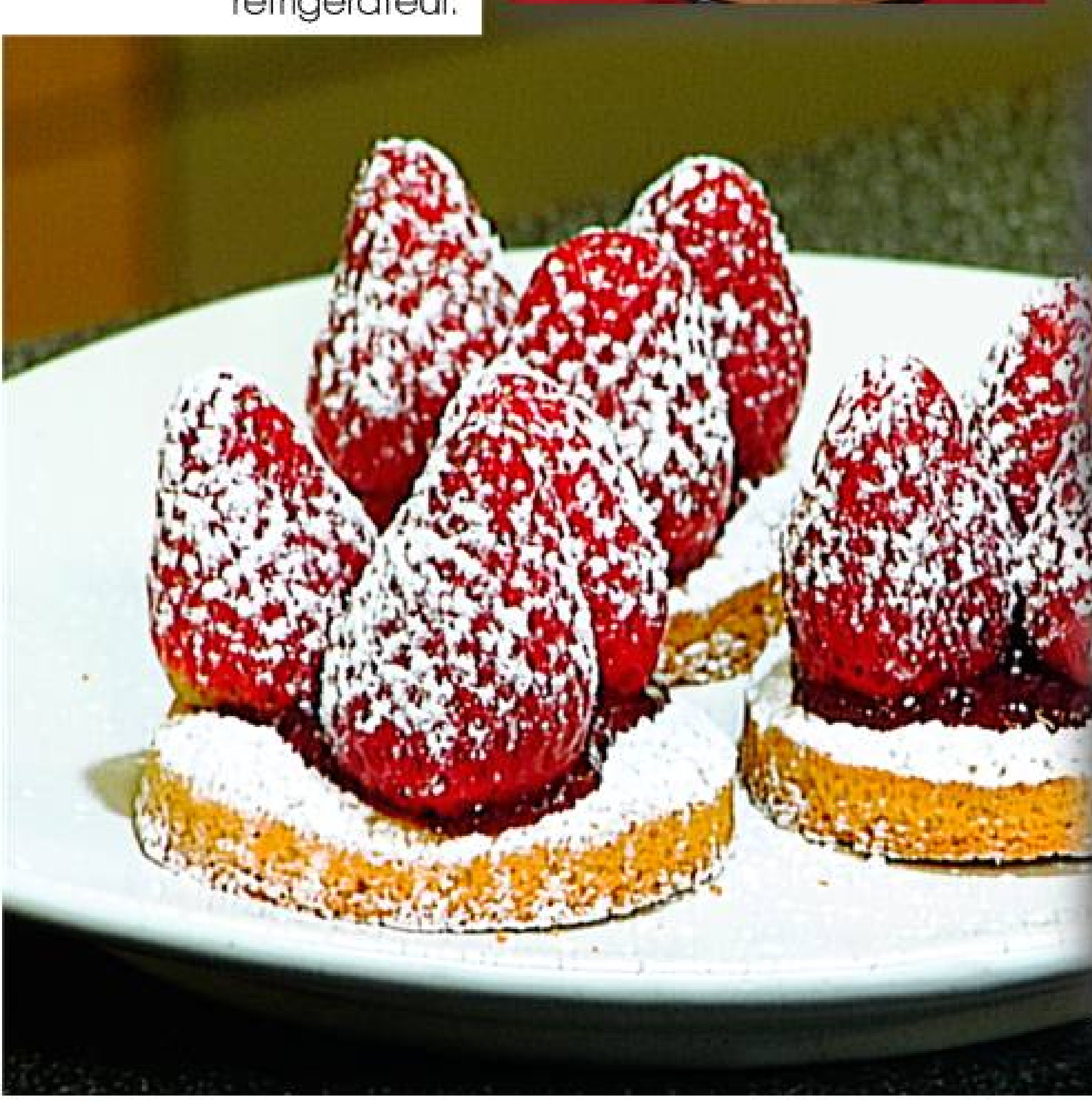
Cuisinez comme un Chef TOUR DE MAIN DE
MARINA GOBET

SABLÉ « BIO » AUX FRAISES

N'utiliser que des ingrédients bio. Faire ramollir 100g de beurre. Ajouter une pincée de sel, 75g de sucre glace et un sachet de sucre vanillé. Mélanger à l'aide d'une spatule.

Incorporer 20g d'amandes en poudre, un œuf, 130g de farine T65 et une pincée de poudre à lever. Mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Réserver au moins 1 heure au réfrigérateur.

Etaler la pâte au rouleau sur 1 cm et découper des ronds de 8cm de diamètre à l'aide d'un cercle. Disposez-les sur une plaque à pâtisserie.



Cuire au four à 170°C pendant 14 minutes. Ils doivent être blonds dorés. Sortir les sablés et les laisser refroidir.

Badigeonner les sablés de confiture de fraises et déposer quelques fraises fraîches dessus. Saupoudrer de sucre glace. Conseil : les tartelettes peuvent être garnies de framboises, groseille, et autres fruits rouges.

Concours Exclusif !

JOUEZ ET GAGNEZ
UNE COCOTTE staub en France

www.staub.fr
Staub - France

Pour participer, répondez correctement aux questions suivantes :

Question N° 1

Quelle est la durée de garantie d'une cocotte ?

A. 1 an
B. 5 ans
C. à vie

Question N° 2

La cocotte peut-être chauffée :

A. sur les feux uniquement
B. au four uniquement
C. au four et sur tous les feux

Et appelez vite au 08 92 68 86 68*

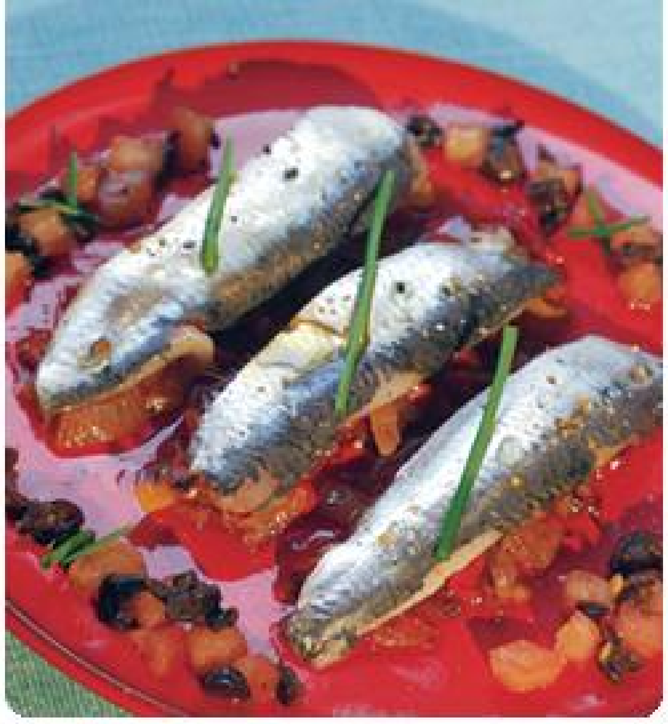
Vous ferez peut-être partie des heureux gagnants...

Cuisinez comme un Chef

*0,34 €/min (Sté A.A.D.). Jeu gratuit sans obligation d'achat. Dans la limite des stocks disponibles - Extrait de règlement page 92

Cuisinez comme un Chef

CHRISTIAN PEYRE



SARDINES FRAICHES MARINEES COMPOTEE D'OIGNON ET POIVRON

GRATIN D'AUBERGINE AUX HERBES

Points de repère

1961 Naissance en Avignon

1975 Obtention de son C.A.P.de cuisine à l'Ecole Hôtelière d'Avignon

1977 Il entre chez Hiély Lucullus en Avignon en tant que commis de cuisine

1981-1982 chef de partie au restaurant L'escale à Carry le Rouet

1983 chef de partie chez Michel Lorrain à la Côte Saint-Jacques à Joigny

1987-89 Second de cuisine chez Hiély lucullus

1990-2000 chef de cuisine au restaurant « La Balette » à Collioure

2000-2001 chef de cuisine au Domaine de Beauvois à Luynes

2001-2002 chef de cuisine à Argelès sur mer à l'Auberge du Roua

Depuis mai 2003 Chef propriétaire associé de la Maison du domaine de Bournissac à Palud-de-Noves

Amoureux de la Provence

Imaginez la carte postale: lavandes, vignes et oliviers en toile de fond à un vieux mas datant du XIVème Siècle, ajoutez-y une cuisine chantant les plus beaux airs de Provence et vous faites étape à la maison de Christian Peyre, au domaine de Bournissac.

Votre dernier coup de fourchette ?
Le Domaine du Colombier à Malataverne (près de Montélimar), une super découverte ! Un vieux colombier niché dans la campagne doté d'une bonne table et d'une belle cave, tout ce que j'aime !

Votre madeleine de Proust ?
Les petits beurre/ ovomaltine de mes goûters d'enfance, étant allergique au lait, je préparais ma boisson avec de l'eau, ce qui lui donnait une saveur particulière.

La boisson qui vous rend meilleur ?
Le vin. Les Languedoc rouge tout particulièrement.

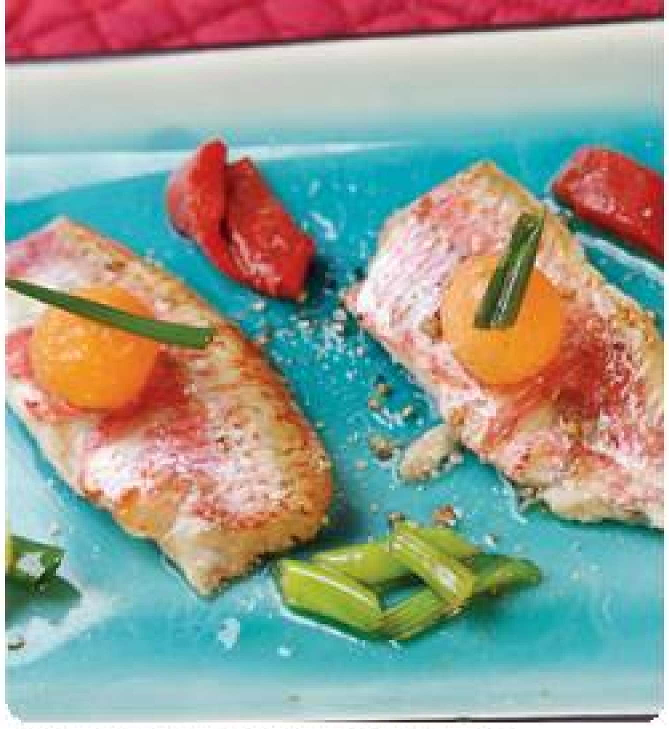
Quelle est votre principale qualité ?
Et votre plus gros défaut ?
Je suis courageux mais je manque de diplomatie.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Petit, des gâteaux avec ma grand-mère, plus tard, ma première vraie création, des anchois marinés servis sur une compotée d'oignons, poivrons et vinaigrette au Banyuls.

Dans votre cuisine, à la maison, il y a toujours?
De l'huile d'olive produite par un voisin du domaine.

Votre recette de vie ?
Carpe diem

Votre ingrédient fétiche ?
Il y en a deux : la langoustine et le pigeon. Ils ne quittent que très rarement la carte !



FILETS DE ROUGETS POELES PIQUILLOS ET CEBETTES, MELON A L'ANIS

CUISSES DE LAPEREAU AU ROMARIN, ROULADE DE COURGETTE A LA TAPENADE

PASTILLA DE CHOCOLAT AUX FRUITS SECS, CARAMEL AU BEURRE SALE

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
La cuisson en vessie. C'est magique, visuellement et gustativement.

Votre gourmandise inavouable ?
Les carambar

Votre péché mignon ?
Le chocolat que j'aime croquer à tout moment !

Une escapade qui vous fait rêver ?
Un périple en train dans la Cordillère des Andes. Cette civilisation m'interpelle et me fascine car elle pleine de mystères.

Si vous étiez un plat ?
Une salade de tomates encore tièdes juste cueillies, de la fleur de sel, un filet d'huile d'olive et de la cébette finement ciselée.

Un plat qui incarne l'été?
Une soupe de poissons, c'est là qu'elle est la meilleure.

Vos adresses secrètes ?
A St Remy de Provence « le divin » un bar à vins que j'apprécie et leur voisin, « le lézard », un restaurant brocante. Mon producteur d'asperges vertes à Cabanes, Vincent Paton à Cabanes.

Caroline Husson

SARDINES FRAICHES MARINEES
COMPOTEE D'OIGNON ET POIVRON

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 6 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 30 MINUTES

À vos paniers

- 4 petites sardines
- 1 tomate
- 4 à 5 olives noires dénoyautées à l'huile
- 1 cuillère à soupe de pluches de cerfeuil

Vinaigrette :

- 1/2 dl de vinaigre de vin
- 1/2 dl de vin de Banyuls
- 1/2 dl d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

Compotée d'oignon et poivron :

- 2 oignons moyens
- 2 poivrons rouges
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

(1)

1 Peler et émincer finement 2 oignons moyens et 2 poivrons rouges.
Verser 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans un poêlon, chauffer vivement, ajouter et faire suer sans coloration les oignons et les poivrons, bien remuer.

(2)

2 Baisser le feu au minimum et laisser compoter et confire 20 à 30 minutes, saler et poivrer à convenance à mi-cuisson.
Mélanger dans un saladier à l'aide d'un fouet le vinaigre de vin avec quelques pincées de sel fin et de poivre du moulin puis ajouter le vin de Banyuls et l'huile d'olive.

(3)

3 Rincer 4 sardines sous l'eau, les lever en filet. Monder 1 tomate, c'est à dire retirer la peau en la plongeant quelques secondes dans l'eau bouillante, la fendre en 4, l'épépiner et la tailler en petits dés. Tailler en brunoise 4 à 5 olives noires.

(4)

4 Répartir la compotée d'oignon et poivron chaude sur 2 assiettes de présentation, dresser dessus les filets de sardines (côté chair dessous), éparpiller tout autour les petits dés de tomate et la brunoise d'olive noire.

(5)

5 Assaisonner de vinaigrette (2 petites cuillères à soupe par assiette), terminer avec quelques pluches de cerfeuil. Servir et déguster sans attendre.

Conseils de chef

▪ Vous pouvez préparer cette recette d'avance mais n'assaisonnez les sardines qu'au moment de servir.

A déguster avec

▪ Un blanc de blancs de Cassis très parfumé, égayé par une pointe de vivacité.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

PLAT

GRATIN D'AUBERGINE
AUX HERBES

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 3€ ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 2 À 3 MINUTES

À vos paniers

- 1 petite aubergine
- 1 oignon moyen
- 1/2 gousse d'ail
- 4 tomates
- 1 cuillère à café de feuilles d'estragon concassées
- 1 cuillère à café de feuilles de coriandre concassées
- 1 cuillère à café de feuilles de basilic concassées
- 1 bouquet garni
- 1 pincée de sucre semoule
- 2 dl de crème liquide
- Quelques cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

1

1 Peler et hacher finement 1 oignon moyen et 1/2 gousse d'ail.
Monder 4 tomates, les fendre en 4, les épépiner et les tailler en petits dés.
Chauffer 2 c.à.s d'huile d'olive dans un poêlon, ajouter et faire suer l'oignon et la demie gousse d'ail, laisser blondir tout en remuant .

2

2 Ajouter les petits dés de tomate, 1 bouquet garni, 1 pincée de sucre semoule, saler, poivrer, bien mélanger et laisser mijoter 1 dizaine de minutes sur feu doux. Réserver ensuite à température ambiante.

3

3 Réduire de moitié 2 dl de crème liquide dans une casserole. Au terme de la réduction, retirer de la plaque de cuisson, laisser tiédir 2 à 3 minutes puis ajouter l'estragon, la coriandre et le basilic, bien mélanger.

4

4 Préchauffer le four en position gril, à 200°C. Détailler 6 tranches d'aubergine, légèrement en biseau, d'1 bon cm d'épaisseur. Poêler les tranches à l'huile d'olive, bien les colorer sur chaque face, en prenant soin de les retourner régulièrement, les saler et les poivrer. Lorsqu'elles sont bien colorées, les égoutter 10 min sur un papier absorbant.

5

5 Dresser les tranches d'aubergine dans un plat de cuisson, répartir dessus la compotée de tomate, les napper généreusement de la crème aux herbes, glisser sous le gril préchauffé, laisser blondir 2 à 3 minutes (sachant que la coloration détermine le temps de cuisson).

Conseils de chef

▪ En cours de cuisson des aubergines ne pas hésiter à ajouter quelques c. à s. d'huile d'olive supplémentaires si nécessaire.

A déguster avec

▪ Un Costières de Nîmes rosé, rond, souple et généreux.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

FILETS DE ROUGETS POELES
PIQUILLOS ET CEBETTES, MELON A L'ANIS

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ 9 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 8 MINUTES

▪ TEMPS DE MARINADE : 2 HEURES ▪ PRÉVOIR : UNE CUILLÈRE PARISIENNE

À vos paniers

- 4 filets de rouget
- 1 melon
- 4 cébettes
- 8 piquillos (en conserve)
- 1 à 2 pincées de grains d'anis vert
- 30 g de beurre
- 1 verre de muscat
- Quelques filets d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

Conseils de chef

Bien respecter les temps de cuisson du rouget qui ne supporte pas une cuisoon trop poussée.

A déguster avec

Le merveilleux sauvignon de Jean-Michel Alquier à Faugères, dans l'Hérault.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération

1 Tailler 4 cébettes en sifflets de 1 à 1,5 cm. Couper en grosses lanières 8 piquillos. Chauffer 20 g de beurre dans un poêlon, ajouter et faire suer sans coloration les sifflets de cébette, saler, remuer à l'aide d'une spatule en bois. Ajouter ensuite les lanières de piquillos, mélanger, laisser mijoter 5 min sur feu doux en remuant régulièrement.

2 Décalotter 1 melon, retirer les graines, détailler 10 billes dans la pulpe à l'aide d'une cuillère parisienne. Placer les billes dans un petit récipient, les mouiller avec 1 verre de muscat, elles doivent être immergées, ajouter 1 à 2 pincées de grains d'anis vert et laisser mariner 2h.

3 Saler et poivrer 4 filets de rouget côté peau. Chauffer 1 filet d'huile d'olive dans une poêle anti adhésive, disposer et saisir les filets de rouget côté peau, lorsqu'ils sont bien colorés et que leur contour blanchi côté chair sur 3 à 4 millimètres, les retourner et terminer la cuisson 1 dizaine de secondes. Les débarrasser ensuite sur une grille.

4 Prélever les billes de melon de la marinade, puis verser cette dernière dans une casserole, la porter à feu vif, l'ébullition obtenue, y plonger et chauffer les billes, dés qu'elles sont chaudes, les retirer, puis réduire la marinade de 3/4. Au terme de la réduction, lier avec 10 g de beurre, ajouter et y rouler les billes de melon, réserver.

5 Réchauffer si nécessaire les piquillos et cébettes, les répartir sur 2 assiettes de service, dresser à côté les filets de rouget et les billes de melon, parfaire avec quelques cordons de sauce muscat, agrémenter les filets de rouget de quelques gouttes d'huile d'olive.

1

2

3

4

5

PLAT

CUISSES DE LAPEREAU AU ROMARIN,
ROULADE DE COURGETTE A LA TAPENADE

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 4 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 40 MINUTES

À vos paniers

- 4 cuisses de lapereau
- 4 à 5 cuillères à soupe de tapenade
- 8 petites pommes de terre nouvelles
- 1 courgette moyenne
- 5 oignons nouveaux
- 4 gousses d'ail en chemise
- 1 brindille de thym
- 1 brindille de romarin
- 1 feuille de laurier
- 20 g de beurre
- Quelques filets d'huile d'olive
- 1 verre de vin blanc sec
- Gros sel, poivre du moulin

①

1 Assaisonner 4 cuisses de lapereau de gros sel et poivre du moulin.
Chauffer 1 filet d'huile d'olive avec 20 g de beurre dans une poêle anti adhésive, disposer et bien dorer les cuisses sur toutes les faces. Dés qu'elles sont colorées, les débarrasser sur une grille.

②

2 Peler et émincer finement 5 oignons nouveaux.
Chauffer 1 filet d'huile d'olive dans un poêlon, ajouter et faire suer sans coloration les oignons émincés, ajouter 4 gousses d'ail en chemise, 1 brindille de thym, 1 brindille de romarin et 1 feuille de laurier, remuer régulièrement avec une spatule en bois.

③

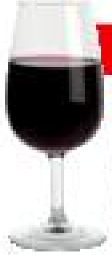
3 Déposer les cuisses de lapereau, ajouter les petites pommes de terre nouvelles non pelées (préalablement bien lavées), déglacer avec 1 verre de vin blanc sec, couvrir et laisser mijoter 40 minutes sur feu doux.

④

4 Laver la courgette et détailler dans la longueur 8 fines tranches à l'aide d'une mandoline. Chauffer 1 petit filet d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, saisir sans coloration les tranches de courgette à peine 15 secondes de chaque côté afin de les assouplir.

⑤

5 Les disposer ensuite sur une assiette, étaler sur chacune une fine couche de tapenade, puis les rouler sur elles-mêmes. Dresser et réchauffer les roulades de courgette autour des cuisses de lapin (au terme des 40 minutes de cuisson).



A déguster avec

Un joli Costières de Nîmes rouge, souple, rond et harmonieux et servi à 16° environ..

Conseils de chef

À défaut de lapereau, faire cette recette avec du lapin ou une volaille de typs poulet fermier ou pintade.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

DESSERT

PASTILLA DE CHOCOLAT
AUX FRUITS SECS, CARAMEL AU BEURRE SALE

▪ **POUR 4 PERSONNES** ▪ **4 € ENVIRON PAR PERSONNE**
▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 6 MINUTES

À vos paniers

- 4 abricots secs
- 4 pruneaux
- 4 figues sèches
- 16 noisettes
- 40 pistaches mondées
- 4 feuilles de brik
- 20 g de beurre
- 1 à 2 cuillères à soupe de sucre glace

Ganache :

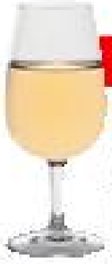
- 75 g de chocolat noir à 70%
- 50 g de beurre
- 2 œufs
- 15 g de sucre semoule

Sauce caramel au beurre salé :

- 75 g de sucre semoule
- 60 g de crème liquide
- 20 g de beurre
- 1 pincée de fleur de sel

Conseils de chef

Faites varier les fruits secs et la sauce (coulis de fruits, caramel aux fruits) selon vos goûts et la saison.



A déguster avec

Un Rivesaltes ambré aux arômes caractéristiques de fruits secs, cacao et une finale de rancio.

①

②

③

④

⑤

⑤

1 Préparer une ganache : Couper le chocolat noir à 70% en petits morceaux, ajouter le beurre et faire fondre doucement au bain-marie.

2 Fouetter vivement 2 œufs avec 15 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Lorsque le mélange chocolat/beurre est bien fondu, y verser les œufs battus sucrés en mélangeant bien avec une spatule. Débarrasser cette ganache dans un récipient et l'entreposer au réfrigérateur.

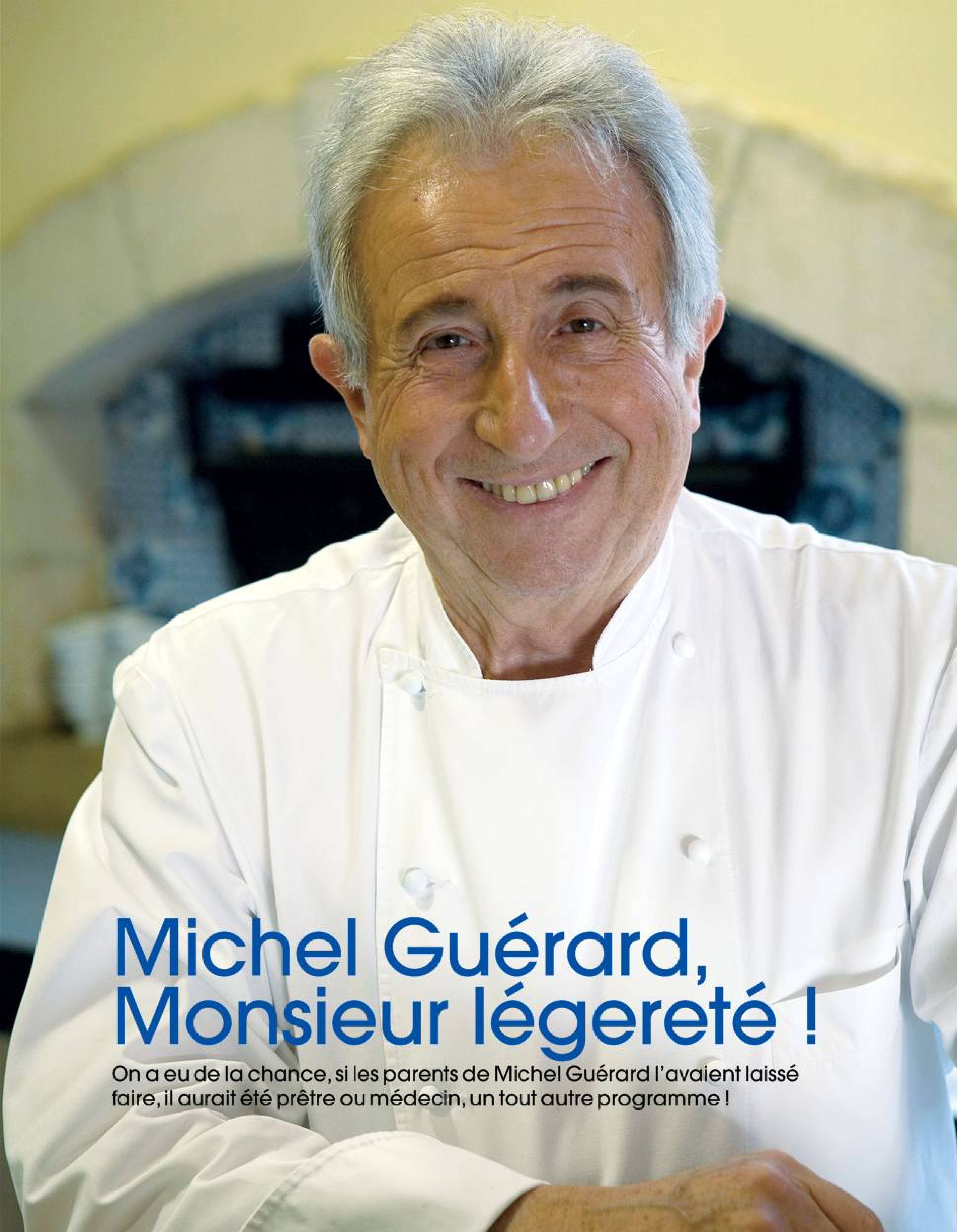
3 Sauce caramel au beurre salé : Chauffer sur feu doux 75 g de sucre semoule dans une casserole jusqu'à obtenir un caramel. Retirer ensuite de la plaque de cuisson, incorporer petit à petit 60 g de crème liquide (attention aux risques d'éclaboussures) en mélangeant bien à l'aide d'une spatule, puis 20 g de beurre coupé en morceaux et 1 bonne pincée de fleur de sel.

4 Préchauffer le four à 200°C, en position statique de préférence. Faire fondre 20 g de beurre. Couper en 4 morceaux : 4 abricots secs, 4 pruneaux et 4 figues sèches. Fendre 16 noisettes en 2. Disposer 1 feuille de brick sur le plan de travail, la badigeonner de beurre fondu à l'aide d'un pinceau, disposer au centre 1 bonne cuillère à soupe de ganache bien froide.

5 Répartir dessus : 4 morceaux d'abricot sec, 4 de pruneau, 4 de figue, 4 noisettes fendues en 2 et quelques pistaches. Rabattre les côtés opposés sur la garniture de façon à former une enveloppe, retourner le pliage, sur une plaque de cuisson.

6 Réaliser 3 pastillas supplémentaires, les dresser également sur la plaque, les saupoudrer de sucre glace, glisser dans le four préchauffé et les cuire 5 à 6 min à 200°C pour une légère coloration. Servir ces pastillas chaudes accompagnées de la sauce au beurre salé.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



Michel Guérard, Monsieur légereté !

On a eu de la chance, si les parents de Michel Guérard l'avaient laissé faire, il aurait été prêtre ou médecin, un tout autre programme !

Par Marie-Caroline Malbec

Il était une fois...

Chez les Guérard, on a des principes et parce que son frère s'était mis à travailler pour remplacer le père parti au front, il aurait été injuste d'accorder à l'un ce dont l'autre avait été privé. Le petit Michel ne fera pas d'études. D'un naturel heureux, le jeune garçon ne discute pas et cherche le métier qui lui permettra de démarrer rapidement dans la vie active. Marqué par le plaisir que sa grand mère et sa mère, excellentes cuisinières, prenaient à nourrir la famille, il choisit la cuisine.

Les débuts

C'est la pâtisserie qui l'attire, il rentre à 17 ans comme apprenti chez un traiteur de Mantes-la-Jolie et approche toutes les disciplines de la cuisine, le métier est dur mais passionnant.

Il passe son CAP haut la main, reçu premier de Paris et de l'Ile de France, c'est là qu'il rencontre l'un des très grands chefs de l'époque, Jean Delaveyne, ils resteront toujours très proches.

27 mois de service militaire et il reprend le chemin des cuisines, chef pâtissier puis chef saucier au Crillon, il travaille aussi en extra dans d'autres grandes maisons, Maxim's, le Lucas Carton. Son parcours continue, chef pâtissier au Lido, chef de maison bourgeoise au Château de Villepreux, il passe le concours des MOF en 1958, il apprend, il se passionne, il réussit, il est heureux. Jean Delaveyne le prend avec lui au Camélia à Bougival. il est bien conscient que les grands principes de la cuisine, ceux d'Escoffier, sont une base indispensable, mais il veut sortir des sentiers battus, il imagine autre chose ; d'autres s'appellent Bocuse, Chapel, Senderens, Troisgros, Girardet, et sont comme lui, même parcours, même sens créatif, même idée de la cuisine qu'ils veulent faire évoluer, ils inventent, goûtent, critiquent, applaudissent aux trouvailles et au talent des autres, ils s'entendent tous comme larrons en foire.

L'aventure du "Pot-au-feu"

Mais bientôt l'envie de s'installer le titille et il achète en 1965 sans même l'avoir vu un petit restaurant à Asnières, Il crée « le Pot au feu », en souvenir du plat familial du samedi. Le restaurant ne ressemble pas à ceux qu'il a fréquentés au cours de son apprentissage et la banlieue n'est pas ce qu'elle est aujourd'hui, bien peu s'y hasardent ; alors, il sert des cafés aux ouvriers des chantiers voisins, il fait la cuisine mais sans beaucoup d'entrain, Delaveyne, toujours vigilant, lui conseille de s'y mettre vraiment s'il ne veut pas tout perdre. Il va s'atteler à la tâche, il invente des plats, une simple salade de haricots verts frais, cuits al dente, arrosée d'une vinaigrette et agrémentée de morceaux de foie gras, sa Salade gourmande vous paraît très classique, voire démodée, à l'époque c'était du jamais vu !

Déjà sensible au décor, il essaie tant bien que mal avec les moyens du bord de donner un petit air raffiné à une salle qui ne l'est guère, il cueille des fleurs dans les terrains vagues avoisinants, la vie est dure, il dort peu, travaille beaucoup mais, enfin, il s'exprime. Sa cuisine plaît, les clients se risquent en banlieue pour la déguster ; en 1970 il a deux macarons au Guide Michelin, mais l'aventure se termine, il est exproprié. Il a toujours mené une vie de parisien noctambule et monte avec Régine un restaurant à Paris et un autre à New York, mais si Michel Guérard aime faire la fête, il sait aussi que sa vie est ailleurs, c'est à cette époque qu'il rencontre chez les Troisgros une jeune femme, Christine Barthélemy, fille

du fondateur de la chaîne Thermale du Soleil et propriétaire de l'établissement thermal, Les Prés d'Eugénie, à Eugénie-les-Bains.

Le précurseur de la cuisine minceur

C'est le coup de foudre. Ils se marient et partent s'installer à Eugénie. Tous les deux s'emploient à restaurer la maison des Landes, mais Michel Guérard est inquiet, il se demande comment il peut attirer des clients dans ce coin perdu, il ne cherche pas très longtemps ; il a remarqué la triste mine des assiettes proposées aux curistes, sous couvert de santé et de forme, on leur propose une cuisine triste à pleurer.
Il va s'attaquer à cette cuisine et la rendre aussi légère que délicieuse ; l'homme est toujours aussi passionné, son talent trouve toute sa dimension dans cette nouvelle aventure, la Grande Cuisine Minceur est née, en trois ans, il crée des plats magnifi-

ques et est récompensé par trois étoiles au Michelin. Michel devient le spécialiste de la légèreté dans l'assiette.C'est à partir de cette époque que Nestlé fera appel à lui pour travailler sur toutes ses gammes de produits allégés. Pendant une vingtaine d'année il mènera une véritable campagne contre les graisses, les sucres, le sel trop présents dans les produits agro-alimentaires.
Quant à sa cuisine, elle ne cesse d'évoluer, il met au point, à partir de la recherche fondamentale du Groupe Nestlé, la Cuisine Minceur Active, une cuisine dont le principe reste axé sur la minceur et le plaisir, mais avec en plus un vrai souci de santé et d'équilibre.Finalement pour lui qui voulait devenir médecin, c'est un peu de son rêve qui se réalise.
Les Guérard et Eugénie-les-Bains, c'est une longue histoire d'amour, en trente ans, ils ont fait de ce petit village la station thermale la plus moderne du monde.
Christine connaît tous les mystères des eaux chargées de la mémoire de la terre, elle est aussi décoratrice dans l'âme, Michel est aussi un bâtisseur de génie, tous les deux portent en eux le sens du bonheur.Le résultat de toutes ses qualités réunies est époustouflant.Les Prés d'Eugénie : c'est le Paradis sur terre, ici tout n'est que calme et volupté.
Aujourd'hui, la maison mère n'est plus seule, il y a le Couvent des Herbes, la Maison Rose, la Ferme aux Grives, la Ferme Thermale et les Maisons Marines d'Huchet.
Chacune de ces maisons est un exemple de restauration et de goût.Le luxe est partout, mais il ne se remarque pas, de ces lieux enchanteurs on ne retient que le charme, la paix et le confort, si un seul mot devait exprimer ce que l'on ressent, ce serait peut-être : délice.
Michel Guérard continue sa carrière avec la même passion, la même fougue qu'à ses débuts, la nutrition est son cheval de bataille, il y a quelques semaines, pour les cent ans du Guide Michelin, il était là, entouré de tous ses pairs, il sortait d'une réunion avec Roselyne Bachelot …
Discret, il n'a rien dit mais on peut supposer qu'il met son savoir-faire au service du gouvernement.Français, réjouissez-vous l'un de nos plus grands chefs s'occupe de votre équilibre .

À vos paniers

- 3 tourteaux vivants de 500 à 600 g soit 420 g décortiqués
- 8 l d'eau
- 300 g de gros sel
- 240 g de king crabe décortiqué
- 18 langoustines taille 20-30
- 50 g de pousses de blette poirée, corne de cerf et moutarde métisse

Sauce

- 70 g d'échalote
- 30 de champignons de Paris
- 100 g de Noilly Prat
- 100 g de Champagne
- 200 g de fumet de poisson
- 100 g de jus de moules
- 100 g de crème liquide
- 1 g de Vadouvan
- 2 cuillères à soupe de jus de passion
- 40 g de beurre monté
- 1 botte de coriandre fraîche

L'ETUVEE MARINE DE CRABE ET PETITES LANGOUSTINES

POUR 6 PERSONNES

1 Cuire les tourteaux à l'eau bouillante très salée (40 à 45 g de gros sel au litre d'eau ; la saveur des crustacés cuits de cette façon exalte plus de saveur naturelle) pendant 12 minutes. Les décortiquer et les portionner en faisant attention de bien laisser les pinces entières afin de ne pas les abîmer. Portionner 70 g de crabe frais par personne(dans les 70 g de crabe frais, on compte une pince chacun), 40 g de King crabe, soit un total de 110 g par personne et maintenir au frais.

2 Laver les pousses de salade

CONFECTIONNER LA SAUCE

3 Emincer les échalotes et les champignons de Paris puis les faire revenir avec une noisette de beurre sans coloration. Ajouter le Noilly Prat et le Champagne, ou, à défaut, du vin blanc puis les réduire à sec. Ajouter le fumet de poissons, le jus de moules et réduire de moitié. Ajouter la crème et réduire légèrement. Monter au beurre et ajouter le vadouvan enveloppé dans un linge puis laisser infuser. Passer au chinois et garder la garniture. Ajouter le jus de passion et rectifier l'assaisonnement. Mixer la sauce afin qu'elle ait la consistance d'une nage mousseuse.

4 Récupérer les échalotes et les champignons de Paris qui ont servi à confectionner la sauce. Les hacher grossièrement avec la coriandre concassée puis les mélanger délicatement à la fourchette avec les miettes de crabe. Chauffer l'ensemble avec un peu de sauce, chauffer également la pince dans la sauce.

5 Cuire les langoustines en les pochant dans la même sauce.

DRESSAGE ET FINITION

Dresser la chair de crabe au centre d'une assiette creuse. Surmonter de quelques pousses de salade. Poser la pince légèrement sur le côté de l'assiette et les langoustines autour du crabe. Verser tout autour la nage mousseuse.

Par Jeanne Berny

GELATI

Lait entier, oeufs Bio, saveurs naturelles ou fruits de saison pour des glaces servies à la spatule, au choix, en pots, dans de petites boîtes isothermes ou dans des cornets en forme de rose. Pamplemousse rose, Fruits des Bois
AMORINO 550 ml 10 €.

GLACE RESPONSABLE

BEN & JERRY'S lance une glace issue du commerce équitable : Chocolate Macadamia, une crème glacée au chocolat, à la vanille avec des énormes noix de macadamia entières enrobées de chocolat croquant...
5,50 € le pot de 50 cl

VERRINES CHIC

Verrines de glaces et sorbets sans colorant, ni conservateur, fabrication artisanale et parfums... irrésistibles. Vanille de Madagascar, chocolat noir grand cru, framboise, mangue
COSTES Coffret de 2 verrines de 100ml 3,90 €

UNE NOUVELLE GÉNÉRATIONS DE BARRES

La nouvelle barre Magnum Coco Choc est pleine de promesses avec son enrobage de chocolat noir contenant des éclats de noix de coco finement râpée, son onctueuse glace noix de coco et son cœur de sauce cacao au goût intense...
MAGNUM COCO CHOC
3 € (la boîte de 4 barres)

FRAPPES !

les Ice Chocolate Frappés sont d'onctueuses boissons chocolatées à déguster fraîches ou glacées. Instantanément solubles dans du lait froid, elles sont prêtes en 10 secondes, et sont disponibles en 3 parfums : cacao, cappuccino, chocolat Blanc.
MONBANA Boîte métal de 250 g 5.50 €

PETIT MAIS COSTAUD

Du lait écrémé, des ferments lactiques, une pointe de sel, voilà une recette extrêmement simple née il y a plus de 130 ans. Et voilà le CARRÉ FRAIS 0% sans matière grasse, faible en cholestérol, il n'apporte que 20 kcal par portion de 25 g. Idéal pour un cheese-cake ou des petits pots de crème lights. 2,10 €

ACIDULEE

Pour leurs parfums d'été, es créateurs Glaciers de Mövenpick ont sélectionné les jeunes pousses « primeur», la partie la plus odorante et la plus délicate de la rhubarbe, quant aux fraises : aussitôt cueillies, aussitôt turbinées, pour une puissance maximale des arômes.

MOVENPICK 2,95 € les 175 ml

EQUILIBRE ET PLAISIR

Au bifidus actif, pour un geste santé plein de fraîcheur. Trois couches : Cranberries, Groseilles et Framboises, glace au Bifidus actif et céréales complètes. FRUSI Le pack de 3 pots de 100 ml 2,80 €

BIO

Cocktail de fruits rouges Bio cueillis à la main en pleine saison à maturité: des framboises, mûres, myrtilles et cassis entiers bio et un cocktail de fruits rouges Bio pour accompagner vos glaces

PICARD sac de 450 g 4,95 €

PARFUMS DE FLEURS

lavande, rose et violette aux arômes naturels pour donner un goût fleuri aux glaces.

NATURE ET DECOUVERTE

25 cl 5,95 €

EQUITABLE

Enfin une gamme équitable dont un magnifique parfum mangue passion, sans colorant ni conservateur, rien que du bon fruit et du sucre roux issus du commerce équitable bien sûr ! Bac 900 ml 3,40 €

ETHIQUABLE

A VOUS DE JOUER

Pour customiser vos glaces, desserts glacés et même vos cocktails givrés, FRUISS a développé cette gamme de sirops, aussi beaux que bons et proposés que dans des parfums originaux. Lavande, gingembre, mojito, cranberry etc. FRUISS créativ, 16 parfums au choix à partir de 2 € les 25cl.

CRAQUANTE

Nouveaux parfums, nouvelles recettes, où les fruits poire ou framboise sont mélangés avec un feuilletage au chocolat … d'où une texture douce et croquante à la fois.

CARTE D'OR bac de 450 ml 3,10 €

ENGLISH TOUCH

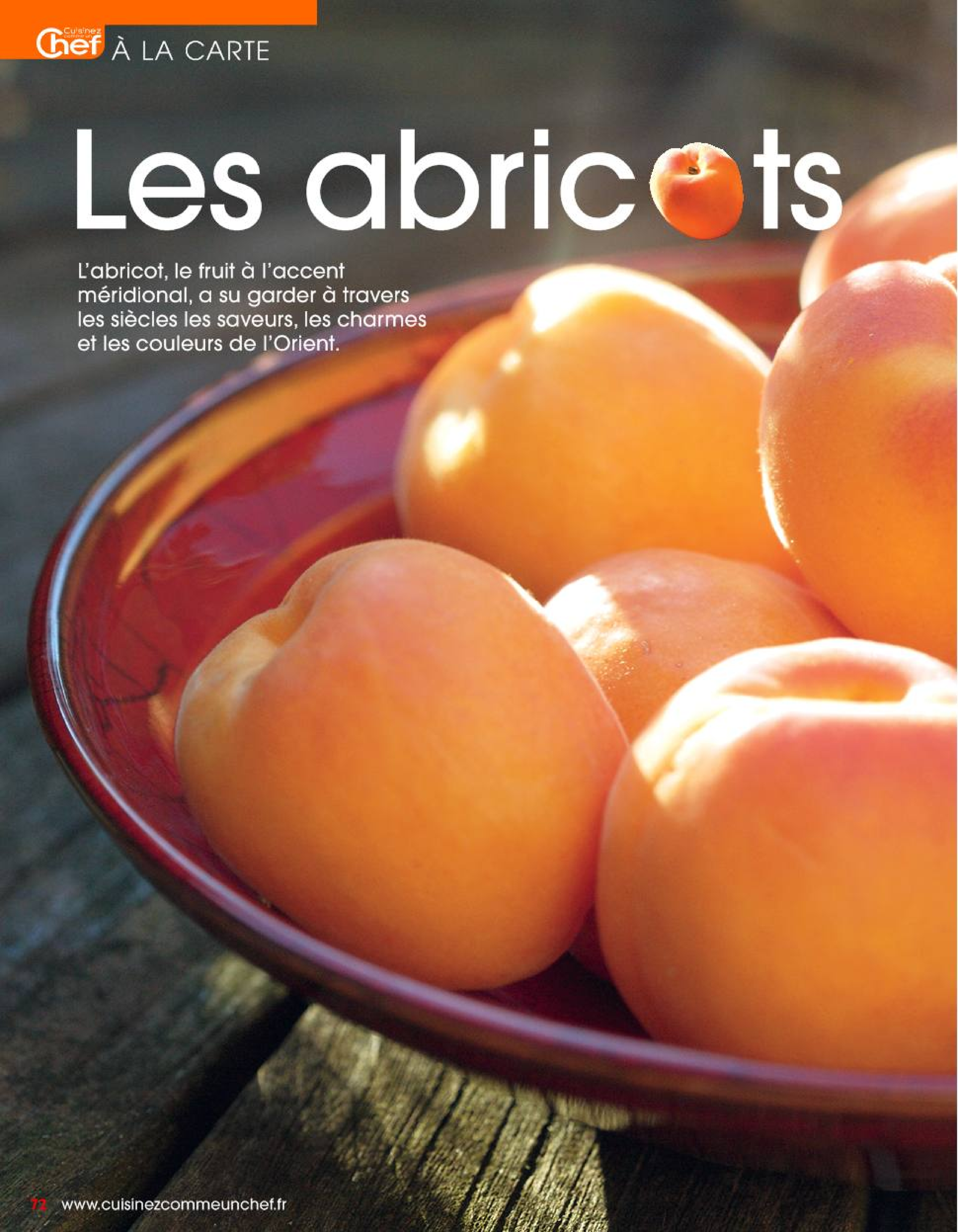
Birdy Nam Nam crée des glaces entièrement naturelles, sans additifs ni conservateurs. Une crème de citron typiquement anglaise, déclinée en glace.

GLACE LEMON CURD TIPTREE

le pot de 50 cl 5,25 €

Les abricots

L'abricot, le fruit à l'accent méridional, a su garder à travers les siècles les saveurs, les charmes et les couleurs de l'Orient.



L'abricot est arrivé jusqu'à la Méditerranée grâce aux Arabes qui l'avaient découvert en Chine. Il a été acheminé de son pays d'origine, la Manchourie, vers le pourtour méditerranéen par les caravanes de soie. Avant d'arriver chez nous, il a fait quelques escales dans les jardins suspendus de Babylone et dans les haciendas andalouses. C'est le roi René d'Anjou, roi de Naples et comte de Provence, qui l'a fait découvrir aux français, mais il n'a vraiment été apprécié ici qu'à partir du 18ème siècle.
On peut dire sans honte que les abricots français sont les meilleurs du monde. L'évolution variétale a été marquée, ces dernières années, par l'apparition de variétés a joues rouges, ce qui rend les abricots encore plus appétissants.
En France, l'abricotier se plait particulièrement dans les régions Rhône-Alpes et Languedoc-Roussillon. La saison de l'abricot s'étend de la fin mai à la mi-aout mais le pic de production se situe de mi-juin à mi-juillet.

Une grande famille de jolis fruits à la fois gourmands, sensuels, parfumés, juteux et sucrés. Ils font rêver mais ils ne supportent pas la médiocrité.
Il est difficile de choisir un bon abricot car on ne peut se fier seulement à sa couleur. En effet la coloration du fruit mûr peut varier selon la variété. Certains abricots restent pâles alors que d'autres se parent de couleur orange avec des points rouges et même des joues complètement pourpres et cette coloration se produit avant la complète maturité des fruits ; elle n'est donc pas une garantie.

Comment le choisir ?

Il faut savoir que l'abricot est un des fruits qui ne mûrit plus après la cueillette du fait de l'absence de pédoncule. Un abricot avec des traces vertes par exemple, est un fruit qui a été ceuilli trop tôt. Il faut les acheter charnus, bien parfumés et souples au toucher.
Bien mûrs, les abricots doivent être consommés très vite, au maximum 2 jours suivant l'achat. Il est préférable de leur éviter le réfrigérateur et de les garder à l'air ambiant dans un compotier. En revanche si il fait très chaud on peut les mettre quelques jours dans le bac à légumes du réfrigérateur mais il ne faut pas oublier de les sortir au moins une demi-heure avant de les consommer car le froid neutralise leur saveur et leur parfum.

Lavés, séchés, dénoyautés, les abricots, peuvent être congelés. Il faut les répartir sur un plateau et les placer au congélateur mais ne les mettre dans des sachets que lorsqu'ils ont été durcis par le froid.

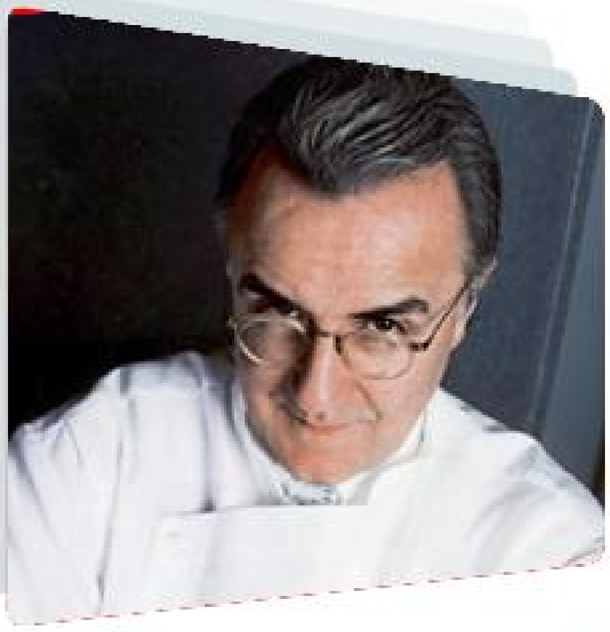
Anne Hudson

Cuisinez comme un Chef

ALAIN DUCASSE

LES TOMATES CONFITES

LE COULIS DE TOMATE OU « PASSATO »



Points de repère

1956 Naissance à Castelsarrazin dans une ferme des Landes

1975 Après l'école hôtelière de Bordeaux, il force la porte de Michel Guérard à Eugénie-les-Bains où il restera deux ans, ponctués l'hiver de quelques passages chez Gaston Lenôtre.

1980 Il décroche sa première place de chef à « l'Amandier » à Mougins, un an plus tard il prend les commandes de « La Terrasse » à Juan-les –Pins, Deux années plus tard, il obtient deux étoiles au guide michelin.

1990 Il obtient trois étoiles michelin au « Louis XV » de Monaco, 1er restaurant d'hôtel à obtenir cette distinction, il a alors 33 ans.

1995 Ouverture de la Bastide de Moustiers, son auberge en Provence.

1996 Il prend la succession de Joël Robuchon au 59, avenue Raymond Poincaré à Paris.

1998 Alain Ducasse totalise 6 étoiles, trois étoiles pour le restaurant « Alain Ducasse » à Paris et trois étoiles pour le restaurant « Le Louis XV » à Monaco.

2009 Ouverture de son école de cuisine. Alain Ducasse totalise 19 étoiles Michelin.

Le chef contemporain

Cuisinier d'abord mais aussi aubergiste, entrepreneur, consultant, créateur et chef d'équipe, c'est ainsi qu'Alain Ducasse aime se définir, comme un chef contemporain, globe-trotter. Avec ses nombreux collaborateurs, constellés aux 4 coins de la planète, il poursuit son œuvre sans jamais perdre de vue ses valeurs : transmettre et former.

Votre dernier coup de fourchette ?
C'était au Louis XV, à Monaco, avec Joël Robuchon qui était venu en voisin. Nous avons déjeuné dans l' « Aquarium », la petite salle à manger privée installée dans les cuisines, où je reçois mes amis. Nous avons parlé de notre prochain projet ensemble.

Votre madeleine de Proust ?
Les haricots verts. C'est un souvenir de mon enfance en Chalosse. Ma grand-mère faisait la cuisine et, haut comme trois pommes, je lui donnai des conseils !

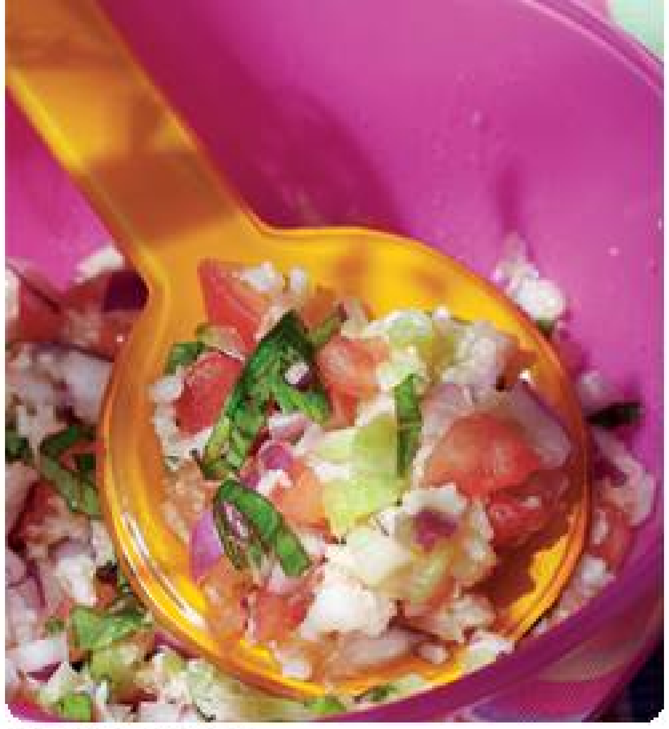
Le premier plat que vous avez réalisé ?
Un gâteau de carottes au cerfeuil chez Michel Guérard. C'était en 1976, j'étais arrivé chez lui, à Eugénie-les-Bains, alors qu'il préparait un ouvrage qui est devenu célèbre : « La grande cuisine minceur ».

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Absolument tout, pour mon plus grand plaisir. Je suis d'une curiosité sans limite en matière de goûts.

Qu'est-ce qui vous rend soupe au lait ?
Quand on fait mal ce qu'on pourrait faire bien, aussi vite et sans plus d'efforts.

Dans votre cuisine, à la maison, il y a toujours?
Du sel de Guérande de Philippe Constant, paludier au Mulon de Pen Bron.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
L'impatience. Et l'impatience.



PANZANELLA

TOMATES FARCIES

L'ÉQUIPE DE L'ÉCOLE
ALAIN DUCASSE

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Il y a un plat qui m'a beaucoup marqué, c'est une soupe aux fèves que j'ai mangé chez Alain Chapel, avant même d'aller travailler chez lui. J'y ai découvert une saveur et une intelligence qui m'ont durablement impressionné.

Votre ingrédient fétiche ?
L'huile d'olive.

La boisson qui vous rend meilleur ?
L'eau, tout simplement.

Votre recette de vie ?
La recette comporte trois ingrédients à parts égales : travail, curiosité, passion. Elle a le goût du bonheur.

Votre gourmandise inavouable ?
Mon épouse Gwenaëlle a une recette secrète, une sorte de bougli-goulba qu'elle prépare pour nos petits-déjeuners. Un mélange incroyable de céréales, de fruits frais et de yaourt, relevé de miel. Nous adorons !

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Je rêvais aussi d'être architecte et voyageur. Quelle chance : je suis les trois en même temps !

Votre péché mignon ?
Je suis un collectionneur invétéré de malles de voyages. Mes préférées sont les Goyard.

Votre saison préférée ?
L'arrivée de la prochaine saison, lorsque la nature change.

Une escapade qui vous fait rêver ?
La Bastide de Moustiers, dans les gorges du Verdon. Une petite auberge paisible dans un endroit à couper le souffle.

Si vous étiez un plat ?
Une cocotte de légumes et fruits de saison rôtis.

Caroline Husson

LES TOMATES CONFITES

▪ POUR 24 PÉTALES DE TOMATES ▪ 5 € ENVIRON

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 3 HEURES

À vos paniers

- 12 tomates moyennes de type "Roma", bien mûres, bien fermes
- 6 gousses d'ail
- 8 brins de thym
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 pincées de gros sel

1 Plonger les tomates dans l'eau bouillante non salée pendant un court instant (10 à 15 secondes en fonction de leur maturité) puis dans l'eau glacée. La peau se détachera alors toute seule. Quand elles sont refroidies, les égoutter, les peler et retirer le pédoncule.

①

2 Couper les tomates en 2 dans le sens de la hauteur, retirer les graines et la pulpe à l'aide d'une petite cuillère.

②

3 Préchauffer le four à 80 degrés (thermostat 1-2). Aplatir les gousses d'ail entières, avec leur peau, en se servant de la paume de la main. Badigeonner largement la plaque du four avec de l'huile d'olive.

③

4 Ranger les tomates les unes contre les autres sur la plaque du four, sans trop les serrer, les napper du reste d'huile d'olive, ajouter les gousses d'ail et les brindilles de thym entre les tomates, parsemer de gros sel et glisser au four. Laisser confire pendant 3 heures au four en les retournant 2 fois pendant la cuisson.

④

5 Les disposer, refroidies de préférence, dans un bocal, les recouvrir d'huile d'olive et refermer le bocal. Ainsi, elles peuvent se conserver une quinzaine de jours.

⑤

Conseils de chef

▪ Les tomates confites s'utilisent pour parfumer des salades, accompagner des viandes et des volailles ou encore en petit morceaux dans des sauces pour les relever.

LE COULIS DE TOMATE
OU « PASSATO »

▪ POUR 3 BOCAUX DE 50 CL ▪ 4 € ENVIRON
▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 MINUTES

À vos paniers

- 2 kg de tomates mûres et fermes)
- 3 bocaux de 50 cl
- 1 moulin à légumes traditionnel avec une grosse grille

1 Laver les tomates, retirer leur pédoncule et les couper en deux. Les disposer au fond d'une grande casserole et les recouvrir d'eau froide. Ne pas assaisonner de façon à pouvoir le faire à l'utilisation du coulis.

①

2 Porter doucement à ébullition en remuant de temps en temps. Au bout de 5 minutes de cuisson, égoutter les tomates. Pendant ce temps, laver - sans détergent - et ébouillanter les bocaux, puis les essuyer soigneusement avec un linge.

②

3 Passer les tomates égouttées au moulin à légumes et remplir de ce coulis les bocaux jusqu'au collet. Fermer en positionnant bien le caoutchouc.

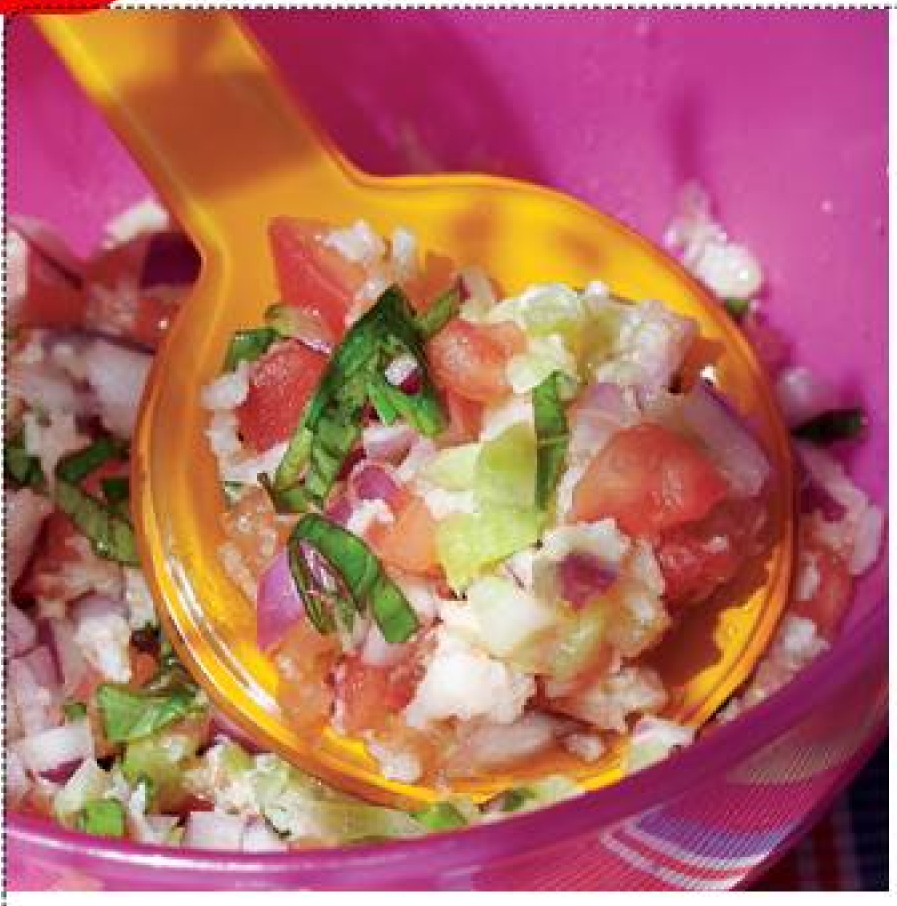
③

4 Installer les bocaux dans une grande casserole ou un faitout. Intercaler un linge entre chaque bocal pour éviter les chocs pendant la cuisson - c'est important - et déposez un poids dessus de façon à ce que les bocaux ne se soulèvent pas pendant l'ébullition. Recouvrir d'eau bouillante.

④

Conseils de chef

▪ Ce coulis se conserve plusieurs mois. Vous pouvez aussi le parfumer avec les herbes aromatiques de votre choix



PANZANELLA

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ 1 € ENVIRON PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES

À vos paniers

- 8 tomates très mûres de grosseur moyenne
- 150 g de pain blanc rassis
- 1 gros oignon rouge
- 1 coeur tendre de céleri branche avec les feuilles
- 12 feuilles de basilic frais
- 50 cl d'huile d'olive extra-vierge
- 3 cuillère à soupe de vinaigre de vin vieux
- Sel fin et poivre blanc du moulin

Conseils de chef

▪ Ce plat économique d'origine toscane permet d'utiliser les restes de pain rassis.

1 Faire tremper 15 minutes dans de l'eau bien fraîche les morceaux de pain rassis. Les presser entre les mains pour en ôter toute l'humidité. Les émietter dans un saladier.

2 Plonger les tomates 15 secondes dans l'eau bouillante, puis dans l'eau glacée afin de les peler facilement. Les épépiner à l'aide d'une petite cuillère et les couper en gros dés.

3 Laver le céleri et couper les feuilles. Peler l'oignon. Emincer très finement le cœur de céleri et l'oignon. Laver 8 feuilles de basilic, les essorer et les piler dans un mortier avec un peu d'huile d'olive.

4 Mélanger tous les ingrédients, y compris les dés de tomate, à la mie de pain, assaisonner généreusement de sel et de poivre blanc du moulin, mélanger encore, recouvrir d'un film étirable et laisser refroidir 2 heures au réfrigérateur.

5 Au moment de servir, arroser la panzanella de vinaigre de vin vieux et d'huile d'olive, remuer délicatement pour mélanger et servir dans des assiettes creuses parsemées du reste de basilic finement ciselé.

①

②

③

④

⑤
PUGET
le Sud à la bouche !
- Ho ! Tu pointes ou tu tires ?
- Hé attends, je tartine !
CONFIT D'ANTIPASTI
TAPENADE NOIRE
TAPENADE VERTE
CAVIAR D'AUBERGINES
CONFIT DE TOMATES SÉCHÉES
SPÉCIALITÉ AUX ANCHOIS ET NOIX
Découvrez les spécialités à tartiner pour l'apéritif et des idées recettes
sur www.puget.fr
Lesieur SAS 36 669 935 € - 457 208 619 RCS Nanterre. Crédits photos : Getty Images, iStockphoto

TOMATES FARCIES

▪ **POUR 4 PERSONNES** ▪ **3,50 € ENVIRON PAR PERSONNE**

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 1 HEURE

À vos paniers

- 5 belles tomates bien mûres d'environ 180 g chacune
- 1/2 gousse d'ail
- 1 échalote grise épluchée
- 1 beau cèpe de Bordeaux
- 1/2 poulet rôti désossé
- 1 belle tranche de jambon à l'os
- 1 cuil à soupe de persil plat concassé
- 2 cuil à soupe de chapelure
- 4 cuil à soupe d'huile d'olive
- 100 g de beurre
- Le jus d'1/2 citron
- Le jus de rôti du poulet
- Sel fin
- Sel de Guérande
- Poivre blanc du moulin

①

1 Découper un chapeau au sommet de 4 tomates puis, à l'aide d'une cuillère à café, les vider de la pulpe et des graines. Assaisonner l'intérieur de sel gris, les retourner sur une grille pour qu'elles se vident de leur excédent d'eau.

②

2 Peler l'ail, oter le germe et le hacher finement, peler et hacher finement l'échalote, la chair du poulet rôti et le jambon. Réserver ces ingrédients séparément. Peler et épépiner la 5ème tomate et la couper en petits dés. Couper le cèpe bien nettoyé en petits dés.

③

3 Faire sauter les dés de cèpe dans un peud `huile avec l'échalote et l'ail. Eviter de saisir trop fort pour ne pas faire brûler l'ail. Egoutter les dés de cèpe, les mélanger au poulet et au jambon haché, ajouter le persil plat concassé et assaisonner cette farce en sel et poivre. Terminer par les petits dés de tomates.

④

4 Préchauffer le four à 180 degrés, beurrer copieusement un plat en terre allant au four. Garnir les tomates de farce, les ranger dans le plat, les parsemer de chapelure, déposer une noisette de beurre et les arroser d'un filet d'huile d'olive. Enfourner

⑤

5 Au bout de 25 minutes, déposer les chapeaux sur les tomates et veiller à bien les arroser durant la cuisson avec le jus rendu. Au bout d'une petite heure, sortir les tomates du four et les arroser d'un petit filet de citron.

A déguster avec

▪ Un Crozes-Hermitage rouge, souple et fringuant aux tannins bien fondus.

Conseils de chef

▪ Le citron en fin de cuisson va réhausser les saveurs. Vous pouvez consommer ces tomates farcies tièdes ou froides, mais pas réfrigérées !

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

L'école pour tous d'Alain Ducasse.

Une nuée d'hôtesses, l'œil vif et brillant, des baies vitrées transparentes ouvertes sur d'immenses cuisines flambant neuves où se mêlent, pierre italienne, inox ou encore bois exotique, le tout aménagé comme un immense appartement construit autour d'un patio/terrasse dans le 16ème arrondissement de Paris. Pas de doute, nous sommes bien chez Alain Ducasse, dans sa toute nouvelle école.

Il n'est pas seulement le chef multiétoilé présent aux quatre coins du monde, c'est aussi un entrepreneur, multirécidiviste, qui, avec son écurie d'élite, a réussi à construire un empire : centre de formation pour professionnels, maison d'édition, chaîne hôtelière, consulting etc. Et voilà qu'Alain Ducasse remet le couvert en investissant le terrain des cours de cuisine grand public, alors que d'autres comme Anne Sophie Pic ou plus récemment Guy Martin surfent déjà sur la vague en dispensant leur savoir, Alain Ducasse a préféré prendre son temps et confié le décor à une pointure du genre, le designer Pierre-Yves Rochon.

Une approche différente

En choisissant d'équiper ses cuisines en technologie domestique « dernière génération »: il a privilégié l'accessibilité et le confort d'utilisation.
Les cuisines ne ressemblent d'ailleurs pas à une cuisine professionnelle mais plutôt à un espace de vie, comme à la maison, spacieux, pratique, convivial et contemporain composé de 4 cuisines, chacune décorée dans un esprit différent. Pour donner vie à ce lieu, un homme, le « chef des chefs » de cette école, le jeune Romain Corbières qui occupe les rangs de la team Ducasse depuis plus de 10 ans. Entouré d'une armée de cuisiniers chevronnés, il a pour mission de transmettre, de former, de partager. Ici, les cours ne se picorent pas à loisir le temps d'une pause déjeuner ou d'un apéro gourmand, débutant ou confirmé, vous passerez au moins 4 heures pour un cours, que vous ayez choisi de perfectionner votre geste, de maîtriser les grands plats d'Alain Ducasse ou encore de percer les secrets de la pâtisserie. Et les amoureux du vin ne seront pas en reste puisqu'ils pourront s'initier à l'art de la dégustation et parce qu'il n'est jamais trop tôt pour apprendre et éduquer son goût, des cours ont été spécialement pensés pour les enfants.

Une équipe de professionnels expérimentés

En ce matin du mois de mai, nous sommes 8 dans la cuisine « Piment », la plus petite, rouge-rubis laqué comme à Espelette, au programme , confection de macarons (framboise, vanille/caramel et chocolat) avec Nicolas Berger, pâtissier. Sur le grand plan de travail, tous les ingrédients sont prêts, pesés et calibrés. 4 heures de mise en œuvre, de geste pur, de savoir-faire, d'astuces, de réponses patientes à nos questions les plus élémentaires, 4 heures pour échanger avec un vrai pro, pour essayer de coucher l'appareil à macaron comme lui, parfaitement. 4 heures de bonne humeur conclues par une dégustation inoubliable et qui en cette grise journée avaient commencé par un aveu : il pleut aujourd'hui, ce n'est pas le temps idéal pour faire des macarons.

Caroline Husson

Il aura fallu que la France s'élève contre Bruxelles (qui souhaite autoriser et généraliser la pratique consistant à faire du rosé en mélangeant du vin blanc et du vin rouge) pour qu'une majorité d'individus découvre que le rosé français est un vin à part entière. Pour tous ceux qui, pris d'une conscience tardive, ont envie de soutenir les efforts qualitatifs des vignerons de l'hexagone, nous avons sélectionné quelques flacons de Provence bien sûr et d'ailleurs !

Rosé : LA NOUVELLE

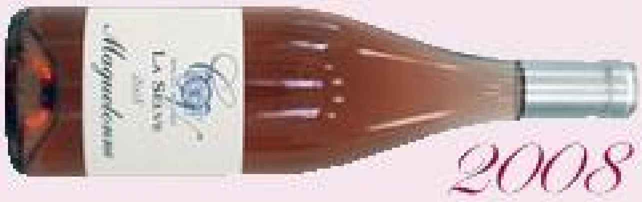
2008

Coteaux varois en Provence

Château d'Ollières

7,10 euros

En reprenant Ollières en 2003, Hubert Rouy homme d'affaire bourguignon avait fait le pari de conduire le domaine au plus haut niveau qualitatif. Les résultats sont très prometteurs à en juger par ce coteaux varois composé de 50% de grenache, 45% de cinsault et 5% de syrah et vendangé à 30km à l'est l'Aix-en Provence et de nuit !
Les importantes amplitudes thermiques entre le jour et la nuit apportant un équilibre sucre-acide intéressant et permettent surtout de mieux maîtriser le départ en fermentation. Un rosé à la robe fluette mais vineux, marqué par un nez floral, une bouche souple, équilibrée, soutenue par une belle vivacité. Idéal sur des grillades ou pour accompagner tout un repas.



2008

Vin de pays des Coteaux de l'Ardèche

Maguelonne
Domaine Château de la Selve

6,75 euros

Le site est superbe et abrite non seulement un vrai château fort du XIIIème siècle mais aussi un sublime chai d'élevage sous terre. Le jeune Benoît Chazallon, fils des propriétaires pratique une viticulture traditionnelle qui préserve l'environnement et le terroir. Le rosé affiche d'emblée beaucoup de finesse. Issu d'un assemblage de grenache et de cinsault, il est vinifié par parcelle et ensuite assemblé. La robe saumonée pâle développe un nez expressif de petits fruits rouges et de fleurs et la bouche minérale et fruitée ne manque pas d'élégance.

2008

Coteaux du Languedoc

Domaine de l'Escattes

5 euros

Le Domaine couvre 30 hectares en pleine garrigue. La production de rosé est encore marginale (3000 bouteilles contre 70000 bouteilles de rouge) mais exécutée avec beaucoup de sérieux et exclusivement par saignée à partir des cépages mourvèdre et grenache. Le vignoble est conduit en culture raisonnée, pour ce rosé, pas de débourbage, une lente fermentation alcoolique et un élevage sur lies pendant 6 mois pour garder le fruit et la fraîcheur. Ce 2008, d'une couleur saumon éclatante, offre une nez complexe sur des notes de poire, de figue, de griotte et de rose, la bouche ne manque pas de gras et s'achève sur une finale vive et veloutée.

EXCEPTION FRANÇAISE ?

2008

Côtes du ventoux

Rendez-vous sous le chêne Domaine du Grand Jacquet

6,10 euros

Ce domaine est avant tout le fruit d'une belle histoire d'amour, digne d'une comédie romantique ! Le couple Jacquet formé à la fin des années 80 a été littéralement emporté par la passion du vin. Aujourd'hui, ils exploitent main dans la main une dizaine d'hectares de vignes, le tout en culture biologique. Leurs cuvées portent des noms poétiques empruntés à l'histoire du domaine. En témoigne ce rosé : les journées des vendangeurs commencent sous le chêne, lieu de convivialité et de tradition. Ce vin à majorité de grenache (90% et 10% de syrah) présente une robe fuschia chatoyante, le nez acidulé rappelle la cerise et la fraise des bois, la bouche, enveloppée et fraîche ne manque pas d'allant.

2008

Chusclan Côtes-du-rhône villages

Prestige des Granges

4,80 euros

« L'union fait la force ». Les vignerons de Laudun et Chusclan l'ont bien compris puisqu'ils se sont rapprochés au sein d'une seule et même entité : « Laudun & Chusclan, vignerons » avec un seul et même engagement : toujours plus de qualité. Et vraiment, leurs, vins, toutes couleurs confondués, méritent d'être redécouvert. A commencer par ce rosé exemplaire issu à 80% de vieilles vignes de grenache noir (20% syrah). Sa couleur rosé bonbon cache un nez éclatant de petits fruits rouges, la bouche est encore un peu dure, mais fraîche, mêlant des arômes de pamplemousse rose et de fraise des bois. Un excellent rapport qualité/prix.

2006

Coteaux du Vendomois

Montagne blanche

4,30 euros

Située au nord de la Touraine, l'aire d'Appellation Coteaux du Vendomois s'étend sur des coteaux calcaires surmontés d'argile à silex et bénéficie d'une belle exposition. Ce n'est plus un blanc, pas vraiment un rosé, mais un gris. La nuance est subtile mais le plaisir, incontestable, pour ce coteaux du vendomois produit à 100% à base de Pineau d'Aunis, le seul cépage autorisé par le décret d'A.O.C. pour produire du « gris ». La robe rose pâle saumonée a même des reflets mauves. Le nez fran et ouvert développe des arômes de bonbon anglais, gelée de coing, et des notes florales . Le bouche acidulée, ronde et fine reste joliment fruitée, la finale persistante tire sur des arômes d'épices. Un très joli vin, idéal à l'apéritif !

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Par Jeanne Berny

ONCTUEUX ET LÉGER

A base d'emmenthal, avec seulement 8,5 % de matières grasses, cette préparation s'adapte à vos besoins, pour des tartines apéritives mais aussi pour lier une sauce ou un risotto.
ENTREMONT « Idée Cuisine et Tartine »
Pot 250 g 2,10 €

APÉRO ORIGINAL

Les Pastinades : 3 préparations à base de pois chiches amandes et huile d'olive, idéales sur un pain grillé en croquant des légumes de saison Fabriquées artisanalement en Provence sans colorant ni conservateur Betterave - gingembre ; Courgette - Curcuma ; Chèvre frais - Tapenade noire LES PASTINADES 3,70 € le pot

SAVEUR PISTACHE, À CROQUER !

Elles sont naturelles, cultivées sous le soleil californien, et reconnues pour leur taille supérieure aux autres.
Pistaches grillées
WONDERFUL PISTACHIOS
« Sans sel » 2,99 €
« Poivre & Sel » 3,29 €

PRET À BOIRE.

Cette boisson rafraîchissante est peu sucrée, à l'eau de source, sans colorant, sans conservateur, sans édulcorant. Citrons pressés relevés d'une note de citron confit pour la Citronnade et oranges pressées relevées d'une note de sauge pour l'Orangeade.
PULCO CITRONNADE OU ORANGEADE 1,5L 1,82 €

CRÉATEUR ECLAIRÉ !

En 2009 SCHWEPPES devient mécène et met en lumière trois valeurs montantes du design : Twentyonehundred, Aalto et JulienPons, qui revisitent les bouteilles iconiques de la marque. Schweppes Indian Tonic, Agrum' et Lemon Bouteille verre 25cl 3 €

ROYAL D'AUBERGINES

Aubergines, tomates séchées et poivrons doux de Florina. Les recettes sont 100% naturelles, sans conservateurs, élaborées à d'huile d'olive, sans sel ajouté, et cuisinées en Grèce à base de produits locaux bio.

MEZÉ HOUSE. entre 4 et 5 €

VOYAGE, VOYAGE !

Une pincée suffit à donner de l'exotisme à un smoothie salé ou un gaspacho pour un effet dépaysant garanti! Mélange de cumin, piment, poivre et gingembre. TERRE EXOTIQUE Dans les dunes de Merzouga boîte 40g 5,90 €

LA RUÉE VERS L'OR.... ANGINA

Orangina réconcilie ainsi les deux grands héros du Far West pour en faire des frères, « les Frères 'O ! ».l'Indien (Orangina et grenadine) et le Cow-Boy (Orangina et menthe). ORANGINA LE COW-BOY OU L'INDIEN 1,5L 1,69 €

SOUPES FRAÎCHES

Céleri-pomme, douce et fruitée, relevés d'une pincée de cardamone verte, très légère (sans crème). 5,50 €
Marie Galante, Mélange de fruits exotiques, (+ de 75%), parfumée à la vanille bourbon infusée avec du rhum blanc.7,90 € GIRAUDET

LE TUBE DE L'ÉTÉ

WineSide lance pour l'été 2009 BLUE ROY, le pastis Bleu ! Nouvel apéritif tendance à déguster en tube avec modération. sur commande coffrets de trois 19,50 €

CHÈVRE CONTRE BUFFLONE

CHAVROUX lance la Chavroux'Zella, 100 % lait de chèvre.
Fraiche, fondante, c'est un produit diététique avec seulement 15,5% de matière grasse et très digeste grâce à sa composition au lait de chèvre ! 1,99 €

PATATES EN TAPAS

Grosses comme des billes, ces petites pommes de terre, cuites en 5 minutes, sont idéales pour préparer un apéro inopiné.
APERIBILLES
Barquette de 250 g 1,90 €

Crédits photos

Couverture
Agnès Pelletier, Gérard Bedeau, Vanessa Von Zitzewitz, Hector Barotoqui

Recettes
Futur TV, ATPF, Gourmet TV Productions, Agnès Pelletier, Hector Barotoqui

Edito
Caroline Husson

À la carte
Hector Barotoqui

Tour de main de Marina Gobet
Serge Rodriguez

Portraits
Gérard Bedeau, Hector Barotoqui
DR Christian Peyre, Jean Louis Nomicos, Stéphane Raimbault , Alain Ducasse : Vanessa Von Zitzewitz, Philippe Petit

Propos gourmands
DR Michel Guérard

Ecole de cuisine Alain Ducasse
Philippe Petit, Vincent Lappartient

Planète gourmande
David Bordes

Portrait d'artisan
DR Joël Thiébault

ET SUR LE WEB ?

Découvrez nos bonus sur cuisinezcommeunchef.fr

- Des **recettes originales** et les portraits de chefs en vidéo
- Des **adresses** supplémentaires pour préparer une bonne table
- Des **jeux interactifs**, notre sondage du mois...
- Notre **sélection de vins**

Présidente Directrice Générale
Directrice de la Publication
NATHALIE AYACHE

Directeur Administratif et Financier
KARIM HAMEL
khamel@groupe-ayache.com

Directeur Exécutif
VINCENT HAM
Tél. : 01 45 03 80 13
vham@groupe-ayache.com
assisté de
AMÉLIE NAHM (promotion)

Abonnement
Tél. : 01 45 03 80 08

Relations abonnés/
Vente anciens numéros
18-24, quai de la Marne
75164 Paris cedex 19
Tél. : 01 44 84 80 20
3c-abo@dipinfo.fr

Coordinatrice web
AMANDINE CAUCHY
acauchy@groupe-ayache.com

Responsable Abonnements
AUDREY BUISAN
abuisan@groupe-ayache.com

Inspection réseau
Groupe Promévente-Sordiap

N° Vert 0 800 827 884 (APPEL GRATUIT)
Numéro réservé aux dépositaires et diffuseurs

Comptabilité
SABINE HAYAT
(contrôleuse de gestion)
Tél. : 01 45 03 80 32

Cuisinez Comme un Chef
est distribué par Transport Presse
et édité par
La Compagnie des Chefs
SAS au capital de 150 000 €
Les 3 principaux associés sont :
Groupe Alain Ayache
Gourmet TV Productions - Futur TV

Siège social
117, rue de La Tour – 75116 Paris
N° de commission paritaire 1009K89134

Aucun texte ou illustration ne peut être reproduit sans l'autorisation expresse de la direction.

Photogravure
Seledigital-Bilbao

Impression
NIIAG - Bergame
" Printed in Italy "

Directeur Général
Directeur de la Rédaction
GUY JOB
Tél. : 01 40 60 63 63
guy.job@gourmet.tv

Rédaction
21, rue Leblanc – 75015 Paris
redaction@futur.tv

Conseillères à la Rédaction
CAROLINE AYACHE
MARTINE RUDLER

Rédactrice en Chef
MARIE-CAROLINE MALBEC

Rédactrice en Chef adjointe
CAROLINE HUSSON

Directeur artistique
SYLVAIN BERTHAUME

Premier rédacteur graphiste
GILDA ROSAMBERT

Maquette
SANDRA MACÉ

Ont collaboré à ce numéro
JEANNE BERNY, MARINA GOBET,
ANTOINE HERNANDEZ,
ANNE HUDSON, ORIANNE NOUAILHAC

Régie Publicitaire
mcs RÉGIE
6, ter rue Rouget-de-L'Isle
92400 Courbevoie
Tél. : 01 49 97 07 06

Directrice Générale
MAUD COHEN SOLAL

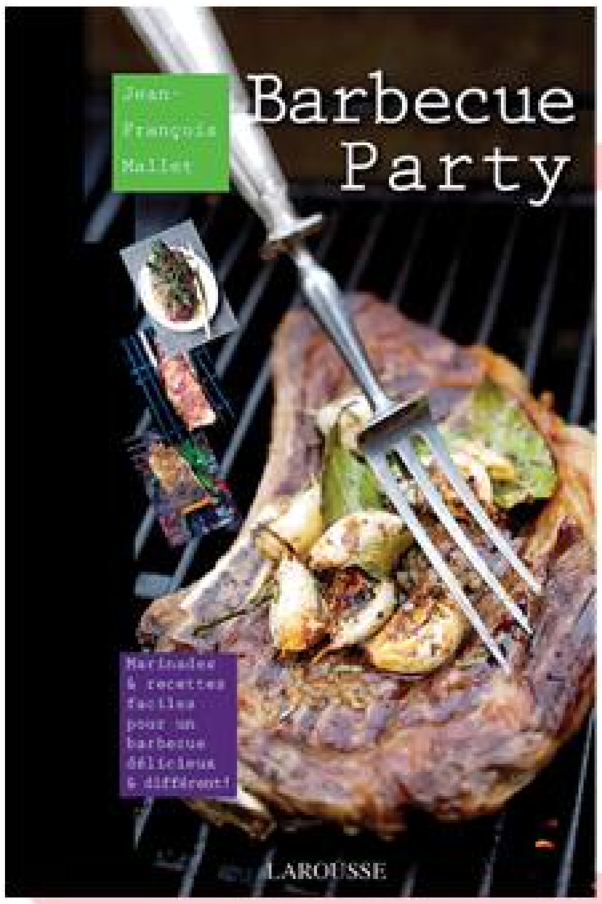
Directrice Commerciale
PASCALE BIEDER-SINGER
pbieder-singer@mcsregie.fr

Directeur de Publicité
JEAN-PIERRE LAROUSSINIE
jpierrelaroussinie@mcsregie.fr

Chefs de publicité
BENOIT HERY
bhery@mcsregie.fr
BENJAMIN CLET
bclet@mcsregie.fr

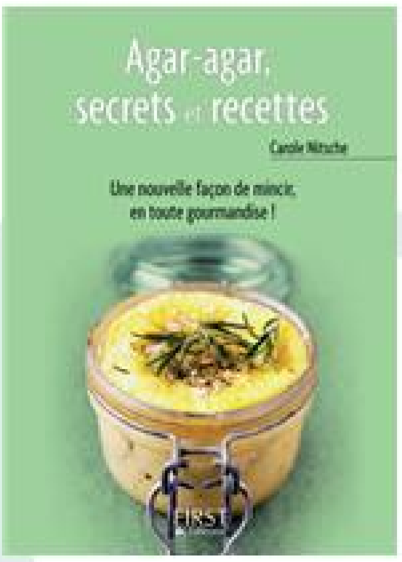
Assistante
FRANÇOISE VAVOULIS
fvavoulis@mcsregie.fr

OJD PRESSE PAYANTE 2008
PEFC PEFC/18-31-73 Promouvoir la gestion durable de la forêt www.pefc.org
ARPP autorité de régulation professionnelle de la publicité



INDISPENSABLE

Un énième livre sur le barbecue ? Non, plutôt l'ABC du barbecue d'un amoureux du genre. Jean-François Mallet nous livre tout : des techniques d'allumages aux recettes traditionnelles ou plus créatives, en passant par plus d'une trentaine de marinades pour varier les plaisirs. Légumes, fromage (vous ne résisterez pas au camembert cuit dans sa boîte), viandes, poissons et crustacés et même les desserts passent au gril!
BARBECUE PARTY 17,90€
EDITIONS LAROUSSE



POUDRE MAGIQUE

Cet extrait d'algue vendu le plus souvent sous forme de poudre blanche s'incorpore à toutes sortes de préparations, chaudes ou froides avec un pouvoir gélifiant supérieur à la gélatine animale. Un vrai allié pour tous ceux qui cherchent à faire rimer mincir avec plaisir. Carole Nitsche diététicienne livre ici dans un format mini, plus d'unecentaine de recettes salées et sucrées.
AGAR-AGAR, SECRETS DE RECETTES
2,90€ FIRST EDITIONS

SOS CUISINE

Cette valise aux allures de trousse de premier secours cache 8 petits livres de 22 recettes pour répondre aux situations de crise du quotidien : « Pas le temps de cuisiner », « Séduire son amoureux », « Cauchemar, les beaux parents s'invitent » etc. Et comme Laure Sirvieix ne manque pas d'humour, elle a même pensé à fournir une boîte de pansements à messages. KIT DE SURVIE POUR LA CUISINE 25€ TANA EDITIONS

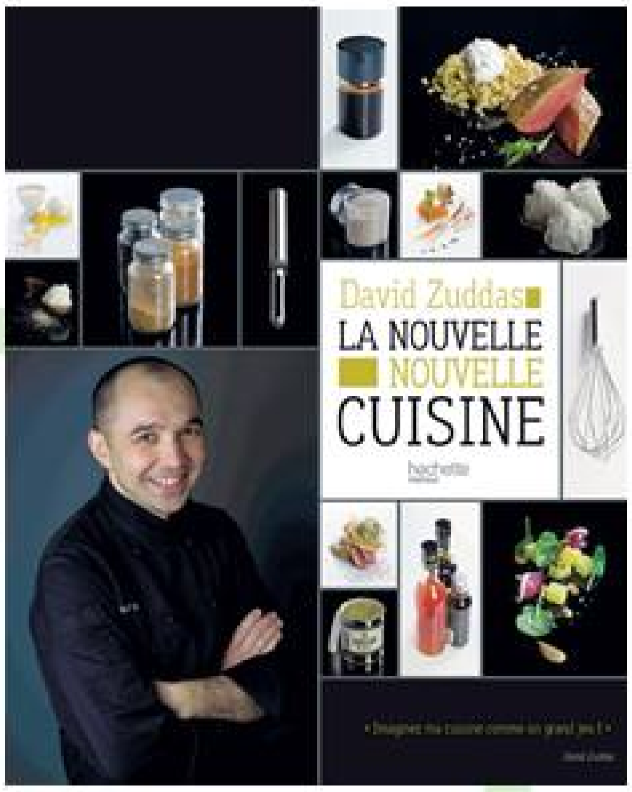
MALIN

Qui n'a pas rêvé de connaître tous les secrets des chefs ? Pascale Paolini a patiemment observé et consigné tous ces gestes, trucs et astuces qu'on a toujours voulu piquer à ces professionnels. Joliment illustré et non dépourvu d'humour, ce petit manuel à l'usage de ceux et celles qui aiment cuisiner deviendra rapidement un compagnon indispensable.
1001 SECRETS DE CUISINIER
14, 90€ PRAT EDITIONS

FOOOD

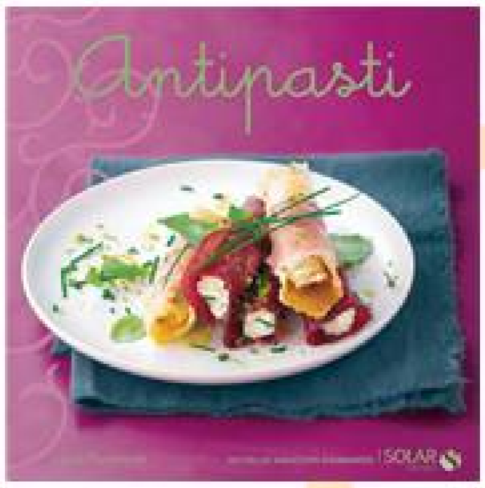
On adore cette collection et les univers poétiques, régressifs, ludiques, artistiques et toujours décalés qu'elle met en scène. Les derniers nés : petites (ré)créations culinaires ou les délires gourmands d'une jeune designer (Julie Rothhahn) et d'un directeur artistique (ChristopheSpotti) et petits festins nomades" de la cuisinière Sonia Ezgulian et son compère, Emmanuel Auger ou comment totalement relooker et repenser le pique-nique !
FOOOD 12€ TANA EDITIONS

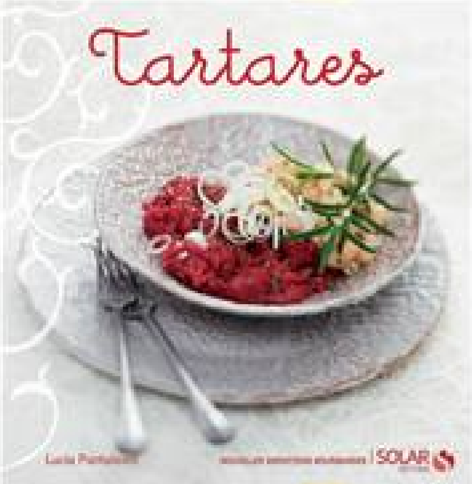
HUMEUR DE CHEF



Le chef David Zuddas annonce clairement la couleur : sa cuisine très personnelle n'a pas de frontières. Il propose dans cet ouvrage, des recettes mixtes inspirées des 5 continents selon des thématiques originales : nouvelles cuissons, nouveaux goûts, nouveaux mélanges, nouvelles pâtisseries etc. Au menu des recettes détonantes :« Cappucino de crustacés, vanille et citronnelle Thaï, lait de coco », le « Cevicce de lotte et guacamole » ou encore la Panacotta thé-menthe, ras el hanout, dattes et agrumes ». LA NOUVELLE NOUVELLE CUISINE 14,90€ EDITIONS HACHETTE PRATIQUE

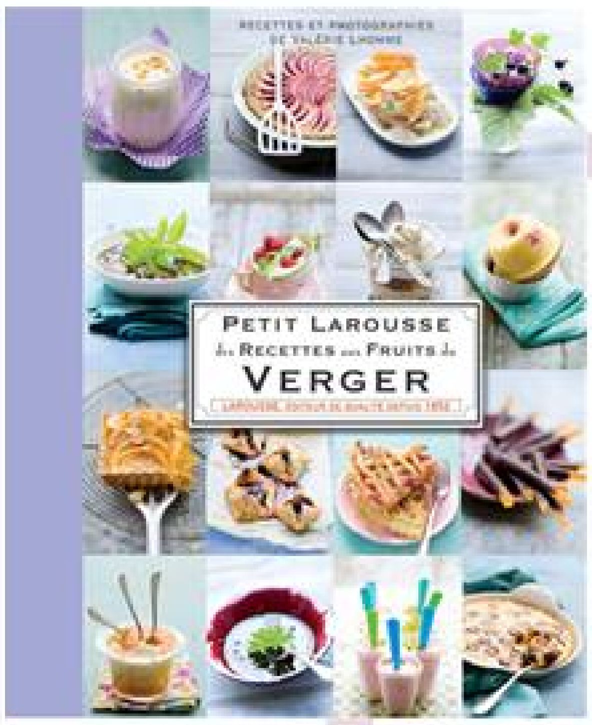
100%RECETTES





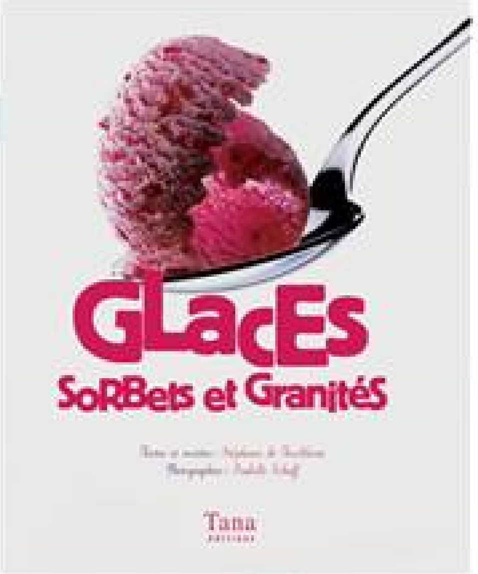
Monomaniaques des tartares ou des antipasti, cette collection est pour vous ! Lucia Pantaleoni, une italienne pure souche signe les recettes d' antipasti venus des 4 coins de la botte : mozzarella en calèche, araignée à la mode de Trieste ou encore langoustines au Martini. Et pour les tartares, Lucia a exploré toutes les recettes possibles et imaginables à base de légumes, de poissons, de viandes et de fruits. ANTIPASTI et TARTARES 6,90€ EDITIONS SOLAR

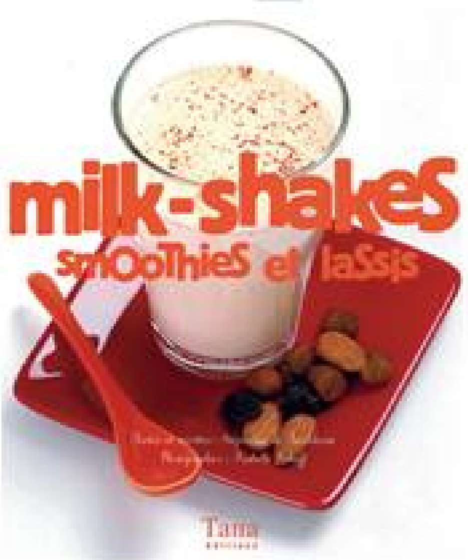
CROQUEZ LE FRUIT



Comment ? Votre prunier croule sous les fruits et vous ne savez pas quoi en faire ? Valérie Lhomme présente dans ce magnifique ouvrage, les 35 fruits du verger les plus courants et d'autres plus rares ou plus exotiques. A travers 130 recettes, elle vous invite à les déguster et à les croquer sans modération. Le dernier né de cette collection deviendra vite un « indispensable ».
PETIT LAROUSSE DES RECETTES AUX FRUITS DU VERGER
20,90€. EDITIONS LAROUSSE

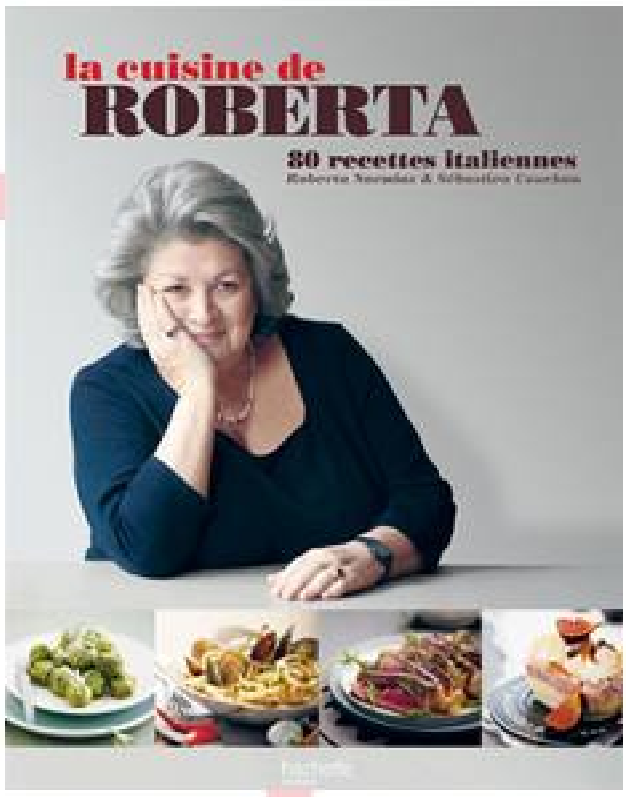
A VOS ROBOTS, PRÊTS...





Laissez votre imagination aller au gré des vos envies avec cette collection colorée et acidulée ! Rentrez dans l'univers onctueux des milk-shakes, smoothies et autres lassis et pour les chaudes journées d'été, lancez)vous dans les glaces, sorbets et granités. Avec un simple robot et quelques ingrédients, vous réaliserez toutes ces recettes en un clin d'œil. MILK-SHAKES et GLACES, SORBETS ET GRANITES 14,90€ TANA EDITIONS

DOLCE VITA



Roberta Nacmias est connu de tous les gourmets amateurs de cuisine transalpine. Traiteur et chef italien à domicile, elle livre ici un morceau de son histoire illustré de ses plus belles recettes de famille. Un véritable voyage initiatique et gourmand en Italie, coloré et chaleureux, avec pour guide les précieux conseils de cette inimitable « cuoca » !
LA CUISINE DE ROBERTA
19,90€ EDITIONS HACHETTE PRATIQUE

Alain DUCASSE
Plaza Athénée
25, avenue Montaigne
75008 PARIS
Tél. 01 53 67 65 00
alain-ducasse.com

Jean-Louis NOMICOS
Lasserre
17, avenue Franklin Roosevelt
75008 PARIS
Tél. 01 43 59 02 13
restaurant-lasserre.com

Christian PEYRE
La maison du domaine de Bournissac
Montée d'Eyragues
13550 PALUDS DE NOVES
Tél. 04 90 90 25 25
lamaison-a-bournissac.com

Stéphane RAIMBAULT
L'Oasis
6, Rue Jean Honoré Carle
06210 MANDELIEU LA NAPOULE
Tél. 04 93 49 95 52
oasis-raimbault.com

VINS
chateau-ollieres.com
Coteaux du vendomois : Alliance Loire info @allianceloire.com
domaine-grandjacquet.com
chateau-de-la-selve.fr
vigneronsdechusclan.com
escattes.com

CUISINE D'AILLEURS
SAMAYA
21, boulevard de Grenelle
75015 PARIS
Tél. 01 45 77 44 44 - samaya.fr

C'EST TOUT BEAU : LOOK NATURE
naturesetdecouvertes.com
autourdumonde.com
legrandcomptoir.com
alinea.fr, leonardostore.com
barbecue-co.com
torchonacarreaux.fr

C'EST TOUT BON : AUTOUR DES GLACES
amorino.fr, benjerry.fr
mymagnum.fr
monoprix.fr, monbana.fr
fruiss.com, picard.fr
nestle.fr, frusi.com
natureetdecouverts.com
birdy-nam-nam.fr, miko.fr

C'EST TOUT BON : NOUVEAUTES
entremont.com
pulco.fr
oranginaschweppes.com
terredaperitifs.com
terreexotique.fr
giraudet.fr, wineside.fr
chavroux.be, doreoc.fr

S'EQUIPER TOP
zyliss.com, whiteandbrown.com
cuisipro.com, tefal.fr
berghoff.fr, favex.fr
mastrad.fr

PROPOS GOURMANDS
Michel GUERARD
Les Prés d'Eugénie
40320 Eugénie les Bains
Tél. 05 58 05 05 05
michelguerard.com

PORTRAIT D'ARTISAN
Joël THIEBAULT
Marché avenue du président Wilson (Paris), les mercredi et samedi et rue gros les mardi et vendredi
Joel.thiebault@wanadoo.fr
joelthiebault.free.fr

PLANÈTE GOURMANDE
La Bastide de Moustiers
Chemin de Quinson
04360 MOUSTIERS SAINTE-MARIE
Tél. 04 92 70 47 47
Bastide-moustiers.com

ECOLE DE CUISINE ALAIN DUCASSE
64, rue du Ranelagh
75016 PARIS
Tél. 01 44 90 91 00
ecolecuisine-alainducasse.com

EXTRAIT DE RÈGLEMENT – CONCOURS STAUB – Cuisinez Comme un Chef n°15

Jeu gratuit sans obligation d'achat, ouvert à toute personne majeure en France métropolitaine et en Corse. Pour jouer, chaque participant devra répondre correctement aux deux questions, appeler le 08 92 68 86 68 (0,34 euro/min) et laisser ses coordonnées complètes avant le 21/09/09, minuit
Un tirage au sort le 28/09/09 désignera 20 gagnants. Chaque gagnant remportera une cocotte STAUB de la gamme Vitamine, en taille 10 cm, couleur orange, cerise, aubergine, basilique ou citron. La couleur de la cocotte attribuée à chaque gagnant est aléatoire et ne pourra en aucun cas être choisie. Un seul gagnant par foyer, même nom, même adresse.
La société Alain Ayache Développement se chargera d'envoyer les lots aux gagnants. Le règlement ainsi que la demande de remboursement des frais de participation sont disponibles gratuitement sur simple demande auprès du Groupe Alain Ayache – Service Concours 117 rue de la Tour 75116 Paris. Le règlement du concours est déposé auprès de Maître Eric Albou, Huissiers de justice (32 rue de Malte – 75011 Paris).

LES SERVICES DE Cuisinez comme un Chef

Abonnements
France Métropolitaine
1 an - 6 numéros - 11 €

Anciens numéros
France Métropolitaine
À partir de 3,50 €
Étranger et DOM -TOM
Consultez :
www.cuisinezcommeunchef.fr

Comment procéder?

Par courrier
Cuisinez comme un chef
18-24, quai de la Marne,
75164 PARIS cedex 19

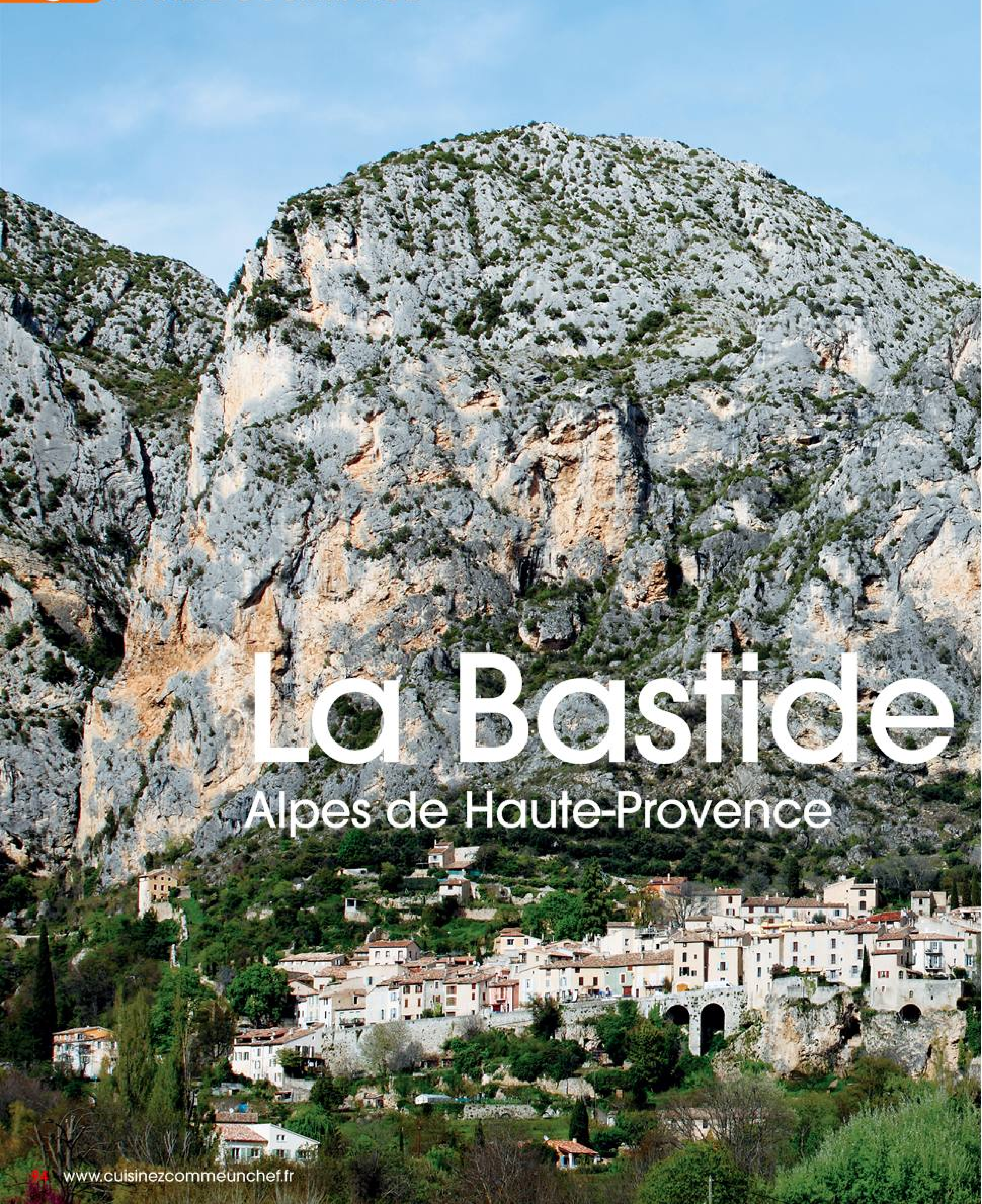
Par téléphone
(0 33) 1 44 84 80 20

Le service relation abonnés / vente anciens numéros est à votre disposition du lundi au jeudi de 9 h à 18 h et le vendredi de 9 h à 17 h.

Par Internet
cuisinezcommeunchef.fr

0892 688 668
La ligne du Groupe Alain Ayache pour vous abonner et pour jouer à tous nos concours

* CDC 0,34€/min



La Bastide

Alpes de Haute-Provence

de Moustiers

Alain Ducasse en fera la première de ses maisons d'hôtes. Dans la campagne de Provence, c'est une auberge contemporaine poétique où l'on mange divinement bien. « La Bastide de Moustiers ne se raconte pas, elle se vit » a coutume de dire le chef, invitant à un salutaire retour aux sources.

Par Orianne Nouailhac

L'endroit est suffisamment magique pour avoir tapé dans l'œil d'un homme exigeant qui parcourt sans cesse le monde : Alain Ducasse. En 1994, au hasard d'une ballade en moto sur les routes de Provence, le grand chef tombe amoureux de cette bâtisse idéalement dressée au milieu des lavandes et des oliviers, à deux pas des Gorges du Verdon. Il la fera restaurer et lui offrira une seconde vie en tant que maison d'hôtes. Quinze ans plus tard, la bastide est plus belle que jamais.

Luxe et simplicité

Une fois passé le portail, vous pénétrez dans un autre monde, loin de tout. Ancienne propriété d'un maître faïencier, la bastide est composée de douze chambres aménagées dans le plus pur style provençal : tissus colorés, meubles chinés dans la région et tapis en laine tissés main de la Manufacture de Cogolin. Le salon des faïenciers, le petit salon des amoureux ou la bibliothèque sont autant d'espaces où l'on aime s'installer pour cultiver l'art du temps qui passe. Les derniers aménagements ont apporté une touche plus design à cette maison du XVIIe siècle : pureté, minimalisme, simplicité sont de mise avec des couleurs neutres et claires. Pour cette maison qui sera son port d'attache, Alain Ducasse n'a pas fait les choses à moitié. Il y a mis tout son cœur et tout son savoir-faire, faisant notamment appel au meilleur de l'artisanat local. Une décoratrice et une couturière de Moustiers, un peintre de Villeneuve, un ébéniste de Carcès, un céramiste de Salernes, un vannier de Forcalquier, un verrier de Biot et des antiquaires de Mouans-Sartoux et de L'Isle-sur-la-Sorgue ont participé à la restauration. Pour déterminer l'emplacement de la fontaine,

il a même été fait appel à un sourcier. Enfin, le paysagiste Jean Mus a dessiné les différents espaces du jardin potager : le jardin des herbes aromatiques (oseille, menthe, cerfeuil, origan, thym…), le jardin des salades (roquette, mesclun, cresson, aneth, laitue), le jardin des simples (valériane, lavande, absinthe, camomille, réglisse, romarin, verveine…), le jardin des racines (carottes, pommes de terre, topinambours, radis, crosnes) et le jardin sauvage (plantes vivaces).

Une cuisine saine et délicate

Loin de n'être qu'un régal pour les yeux et l'odorat, ce jardin potager tient une place de choix dans les assiettes de la Bastide de Moustiers. Alain Ducasse rend ainsi hommage aux saveurs de la Méditerranée et aux produits locaux dans une cuisine faisant la part belle aux légumes, herbes, fleurs et fruits, une cuisine rustique et raffinée à la fois. Formé dans la brigade de l'ambassade monégasque d'Alain Ducasse, Le Louis XV, une adresse trois étoiles incontournable, le chef Wilfrid Hocquet est aux commandes des cuisines de la Bastide. Agneau de Beauregard, fromage de Banon, truffe de Riez, melon de Cavaillon, huile d'olive de Toscane – où Alain Ducasse possède une autre maison d'hôtes –, le produit est définitivement à l'honneur. Vous pourrez notamment déguster un bouillon glacé de cosses de petits pois et févettes, caillé de chèvre, une fricassée de cuisses de grenouilles à l'ail nouveau, brocoli feuille et pousses d'épinards ou un agneau des Préalpes à la cheminée, légumes du marché, jus à la sarriette. Dans cette cuisine vérité, les mots déjà sont poésie, qui racontent l'histoire de la région et de son terroir coloré et délicieux.

Pour cette cuisine sobre et naturelle, saine et délicate, Alain Ducasse a imaginé avec ses décorateurs une salle à manger dans des tons écrus, quelques détails décoratifs ramenant à l'assiette tels ces appliques en pâte de verre aux motifs d'herbes. Avec la réouverture, au printemps 2009, une nouvelle vaisselle du céramiste français Jars a fait son apparition sur les tables de la Bastide. Et la belle saison est aussi l'occasion de dîner sous les étoiles, à l'ombre des platanes, bercés par le bruit de la fontaine et le chant des grillons.

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas. www.mangerbouger.fr